İLAHİ REHBERLİK

DOREEN VIRTUE

AKAŞA®

İLAHİ REHBERLİK

Doreen Virtue Ph.D.

Çeviren:
Semra Ayanbaşı

AKAŞA®

Tanrı'ya ve meleklere,
her şey için sonsuz şükran ve sevgilerimle

Kitabın Orijinal Adı:
Divine Guidance

Copyright © 1998 Doreen Virtue
St. Martin's Press*'in işbirliğiyle yayınlanmıştır.*

Bu Kitabın Türkçe Yayın Hakları,
Kalem Telif Hakları Ltd. Şti. *aracılığıyla,*
Akaşa Yayın Dağıtım Tanıtım Ltd. Şti.*'ne aittir.*
Bu kitabın hiçbir bölümü, yayınevimizin yazılı izni alınmadan fotokopi, ses kaydı ya da herhangi bir bilgi depolama sistemi dahil olmak üzere, elektronik veya mekanik, hiçbir şekilde kopya edilemez, çoğaltılamaz ve yayımlanamaz.

Basım: *Avcı Ofset / Matbaa Sertifika No:12001*
Davutpaşa Cad. İpek İş Merkezi No:2/13 Topkapı İstanbul
Kapak Basımı: *Karadeniz Basım Ltd. Şti.*
Cilt: *Evren Ciltevi*
Yayıncılık Sertifika No:10544
ISBN: 978-975-6793-19-0

AKAŞA
Yayın Dağıtım Tan. Tur. Dış Tic. Ltd. Şti.
Lamartin Cad. No:40 Asma Kat Taksim - İstanbul
Tel: (0212) 235 99 73 Fax: 235 99 70
http://www.akasa.com.tr

Dokuzuncu Basım
İstanbul, 2019

İçindekiler

Teşekkür / 7
Yazarın Notu / 9
Önsöz / 11
Giriş / 15

BİRİNCİ KISIM
Tanrı ve Koruyucu Meleklerinizle Nasıl İletişim Kurabilirsiniz

1. BÖLÜM: *Tanrı'yla Sürekli Olarak Temastasınız / 25*
2.BÖLÜM: *İlahi Rehberliğin Kaynağı: Tanrı, Melekler ve Ruhsal Âlem / 45*
3. BÖLÜM: *İlahi Rehberliğe Açılma: Tanrı'yla İlişkimizi Şifalandırma / 61*

İKİNCİ KISIM
Doğru Rehberliği Nasıl Ayırt Edebilirsiniz

4. BÖLÜM: *İlahi Rehberlik ve Yüksek Benliğiniz / 79*
5. BÖLÜM: *Gerçek Rehberliği Nasıl Ayırt Edebilirsiniz / 85*

ÜÇÜNCÜ KISIM
İlahi İletişim Kanallarınızı Nasıl Temizleyebilirsiniz

6. BÖLÜM: *Dört Duru Kanal: İlahi İletişim Tarzınızı Keşfetme / 103*
7. BÖLÜM: *İlahi İletişim Kanallarını Açmaya Karar Verme / 115*
8. BÖLÜM: *Durugörü: Rehberlik Görüntüleri / 129*

9. BÖLÜM: *Berrak Bir Biçimde Görmek: Durugörünüzü Artırmanın Yolları / 139*
10. BÖLÜM: *Durugörüyü Bizzat Deneyimlemek / 145*
11. BÖLÜM: *Duruişiti: Rehberliğin Sesini Dinlemek / 157*
12. BÖLÜM: *Berrak Bir Biçimde İşitmek:: Duruişitinizi Artırmanın Yolları / 181*
13. BÖLÜM: *Duruişitiyi Bizzat Deneyimlemek / 189*
14. BÖLÜM: *Durusezi: İçgüdüler, Önseziler, ve Ruhsal Duyumlar / 197*
15. BÖLÜM: *Berrak Bir Biçimde Hissetmek: Durusezinizi Artırmanın Yolları / 209*
16. BÖLÜM: *Duruseziyi Bizzat Deneyimlemek / 223*
17. BÖLÜM: *Durubiliş: Emin ve Kesin Bir Biliş / 229*
18. BÖLÜM: *Berrak Bir biçimde Bilmek: Durubilişinizi Artırmanın Yolları / 241*
19. BÖLÜM: *Durubilişi Bizzat Deneyimlemek / 251*
20. BÖLÜM: *İlahi İletişim Kanallarını Temizlemenin İleri Yöntemleri / 261*
21. BÖLÜM: *Tanrı'yla Birlikte-Yaratmak / 271*

Ek / 285

Teşekkür

Bu kitap bir mucize. O semavi âlemden gelen desteğin ve mesajların, ve onun yayınlanmasını sağlamak için çok sıkı çalışmış birçok insanın ürünü. Önce, bu kitabın yazılmasına yaptıkları inanılmaz yardımdan ötürü Tanrı'ya, meleklere ve yükselmiş üstatlara teşekkür etmek istiyorum. Onların sayesinde, bu kitap uyumlu ve çabasız bir biçimde aktı, ve yoğun seminer programıma rağmen zamanında tamamlandı. Bunu tümüyle size borçluyum!

Ayrıca ilk kitabımın yayınevinin satış müdürü Bob Morris'e de teşekkür etmeliyim. Bob beni *İlahi Rehberlik*'in editörü Richard F. X. O'Connor ile tanıştırdı. Teşekkürler Bob, sen başlangıçta da oradaydın, ve tüm yazarlık kariyerim boyunca benimle kaldın. Sen bir meleksin!

Bir yazar olarak, ben ezoterik duyguları tarif etmeye alışığım. Ancak, bana yardım etmiş insanlara duyduğum minnettarlığın derinliğini ifade etmeye çalıştığımda sözler yetersiz kalıyor. Onun yerine, bu kitaba yardım ve desteklerinden ötürü derin bir biçimde takdir ettiğim insanların isimlerini sıralayacağım.: Richard F. X. O'Connor, William Clark, Pearl Reynolds, Nick Bunick, Jimmy Twyman, Rita Curtis, Bill Hartley, Michael Dougherty, Jean M. Stine, Garrick Lahoda, Michael Tienhaara, Grant Schenk, Bill Hannan, Joan Hannan, Ada Montgomery, Ted Hannan, Emmet Fox, Laurie J. Pinkham.

Ayrıca şu isimlere de teşekkürlerimi sunmak isterim: Debra Evans, Ken Kaufman, Gregory Roberts, Louise L. Hay, Betty Eadie, Dannion Brinkley, Dr. Wayne Dyer, Gregg Braden, Rosemary Altea, Marianne Williamson, James ve Salle Redfield, Dolores Cannon, Reid Tracy, Jill Kramer, Kristina Reece, Karen Schieb, Robin Rose, Lucretia Scott, Lee Carroll, Jan Tober, Robert Odom, Scott Steele, Camilla

Scott, Nikki Kilgore, Dr. Jordan Weiss, Terry Ash, Silvia Aslan, Melinda Stephens-Bucke, Mary Ellen AngelScribe, Forrest Holly, Dr. Norman V. Peale, Phillip Krapf, Dr. Richard Neves, Dr. Caroline Miller, Bob Strouse, Sui Strouse, Dr. Leticia Oliver, Dr. Susan Stevenson, David Allikas, Steve Allen, Gary ve Insiah Beckman, Tim Miejan, Cindy Saul, Gerri Magee, Joe ve Shantih Moriarty, Andrea DeMichaelis, Tania Chamerlain, Kay Wiltsie, Dr. Elisabeth Ross, Patsy Nelson, June Rouse, Dan Liss, Dale Mann, Elihu Edelson, K. Kares, Dr. Beverlee McLaughlin, Nancy Freier, Steve Freier, Jim Clark, Bo Wise, Horacio Valsecia, Alan Richards, ve bu kitapta öykülerini yazmama incelikle izin veren tüm insanlar. Hepinize çok teşekkürler!

Yazarın Notu

Bu kitapta yer alan tüm vaka incelemeleri ve öyküler doğrudur. Ancak müşterilerimin özel yaşamlarını korumak için onların çoğunun isimlerini değiştirdim. Sadece bana bu konuda izin veren kişilerin isim ve soyadlarını aynen kullandım. Bunun dışında kendi öyküme yer verdiğim bölümlerdeki isimler de gerçektir.

Bu kitapta ben Tanrı'dan da çok sık söz ediyorum. Bazı insanlar "Tanrı" sözcüğü yerine *Ruh, Evren, Yaradan ve Ana-Baba* gibi eşanlamlı sözcükleri tercih edebilirler. Ben Tanrı'yla diyaloglarımdan isimlerin önemli olmadığını biliyorum. Tanrı için önemli olan tek şey bizim onunla sık sık konuşmamızdır.

Önsöz

Tarih boyunca değişik zamanlarda bazı kişiler Tanrı 'nın özel bir armağan verdiği, görsel ya da sözel iletişim yoluyla Tanrı'nın habercileri meleklerle kişisel bir ilişki kurma yeteneğine sahip çok özel insanlar olarak tanınmışlardır. Örneğin, büyük tarihi kişilikler Assisili Aziz Fransis, Jan Dark, ve 18. yüzyılın Emanuel Swedenborg'u Tanrı'nın meleksi deneyimler şeklindeki özel kutsamalarını almış kişiler olarak bilinirler.

Melekler şimdi neredeler diye bir soru sorulabilir. Neden Tanrı tarafından seçilmiş, ve geçmişin öykülerinin kurgu olmadığını ve meleklerin gerçekten var olduğunu gösterecek bazı insanlar yoktur? Neden biz yirminci yüzyılın insanları -Tanrı'nın habercilerinin geçmişin hayali imgelemelerinin bir sonucu değil de bugün yaşamımızdaki ruhsal bir realite olduğu rahatlığına ve ruhsal anlayışına sahip olabilmemiz için- melekleri görüp onlarla konuşma konusunda Tanrı-vergisi bir yeteneğe sahip bazı çağdaş bireylerden yoksunuz?

Doreen Virtue ile ilk kez Denver'de yapılan bir kitap toplantısında karşılaştım. Birlikte kısa bir zaman geçirmemize karşın, Doreen'i kuşatan ilahi enerji ve mevcudiyetten onun gerçekten Tanrı-vergisi yeteneklere sahip olduğunu anladım.

Birkaç ay sonra Doreen ile onun yaşadığı Güney California'da bir gün geçirme fırsatına sahip oldum. Pasifik Okyanusu'nun olağanüstü bir görüntüsüne sahip sevimli bir lokantada birlikte akşam yemeği yerken, Doreen bazı yeteneklerini benimle paylaştı. Bana gerçekten kutsal bir yer gibi gelen o güzel ortamda otururken, o benden meleklerden aldığı mesajı bana söylemek için izin istedi. Bunu izleyen bilginin içeriğinden, hemen onun bu bilgiyi ilahi bir iletişimden başka bir yolla elde edemeyeceğini fark ettim. O sırada *Ha-*

berciler kitabının konusu olarak ülkenin her yanında konuşmalar yapıyor, ancak bu arada bana Ruh tarafından söylenmiş bazı bilgileri saklı tutuyordum. Bu sırada, bana söylenenleri açıklamak için zamanın doğru olup olmadığını belirlemek amacıyla kendi ruhumu araştırıyordum.

Doreen bana, "Meleklerin senin şunu bilmeni istiyorlar, Nick," dedi, "Sana aktardıkları bilgiyi artık saklamaman gerekiyormuş. Senden her şeyi söylemeni istiyorlar, çünkü artık bunun zamanı gelmiş."

Doreen'in bu sözlerini onun Tanrı-vergisi yeteneğe sahip bir insan olduğunun bir kanıtı olarak kabul ettim.

Şimdi Doreen ile birlikte ülkeyi dolaşıp büyük dinleyici kalabalıklarının önünde yapılan spiritüel toplantılara katılmak gibi harika bir deneyim yaşıyorum. Bu bana Tanrı'nın Doreen'e verdiği ve onun binlerce insanla paylaştığı bilgeliğe ve olağanüstü yeteneklere tanık olma fırsatı veriyor. Bu bilgelik mesajları ve onun özel yetenekleri bu kitapta, *İlahi Rehberlik*'te yer almaktadır.

İlahi Rehberlik birçok nedenden ötürü dikkate değerdir. Bir an güzel bir lokantaya girdiğinizi, yemek listesinde size pek çok harika seçenek sunulduğunu, ama sizin bu konuda sadece iştahınızla sınırlı olduğunuzu fark ettiğinizi düşünün.

Birçok açıdan, *İlahi Rehberlik* bu inanılmaz yemek listesine benziyor. Çünkü Doreen Virtue hepimize harikalar sunmaya muktedir. Elbette, hayatınızda bunların hangilerine yer vereceğiniz sizin seçiminiz. Bununla birlikte, eğer direkt olarak Ruhtan, yani Tanrı ve meleklerden gelen bilgiler almak istiyorsanız, Doreen bunu nasıl yapabileceğinizi yüreğinizi gerçekten etkileyen çok sade ve sevecen sözlerle gösteriyor.

O bize zihnimizin yüreğimizin ve ruhumuzun bekçisi olduğunu hatırlatıyor ve bu kapıyı açıp yüreğimizi ve ruhumuzu Tanrı'dan ve meleklerden gelen yaşamsal mesajları alabi-

lecek şekilde özgürleştirmemizi sağlayacak çok önemli bilgiler veriyor.

Şefkatli bir yaklaşımla, Doreen Virtue nasıl her birimizin bir yüksek benliğe ve bir ego'ya sahip olduğumuzu, ve onların düşüncelerimiz ve kararlarımız üzerinde hâkimiyet kurmak için birbirleriyle nasıl sık sık mücadele ettiklerini araştırıyor. Doreen bize hayatımızda kararlar vermek için bu ikisinden hangisinin bizi güdülediğini nasıl ayırt edebileceğimizi gösteriyor. Bu kitapta, biz sadece ego'nun yüksek benliğimizle ne zaman rekabete girdiğini ayırt etmeyi öğrenmekle kalmıyor, ama eylemlerimizi ilahi rehberliğe dayanacak şekilde nasıl değiştirip kontrol edeceğimizi de öğreniyoruz.

Yazarın bu benzersiz kitapta sunduğu içgörüler aynen kabul edilmelidir, çünkü Doreen Virtue gerçekten ruhsal dünyaya bir köprüdür. *İlahi Rehberlik*'te o size kapıyı açıp köprünün öbür tarafına geçmenizi sağlayacak anahtarı sunmaktadır. Gelin bu harikulade yolculukta ona katılın.

Nick Bunick

Giriş

Ben Minneapolis toplantı merkezine doğru yürürken güneş ışınları üstü cam-kaplı koridoru ısıtıyordu. O öğleden sonra Bütün Yaşam Fuarı'nda vereceğim semineri düşünürken, ışık duyduğum heyecana aynalık yapıyordu. Toplantı merkezinde Fuar yerini gösteren işaretleri izledim. Bir köşeyi dönünce binlerce insanın renkli pavyonların ve konuşmacıların çevresinde toplandığını gördüm. Vanilya tütsüsünün kokusuna flüt ve davullardan gelen melodiler karışıyordu. Ben sergicilerin, konuşmacıların ve katılımcıların bu toplantılarından asla bıkmam. Bu fuar bana daima dev bir yuvaya-dönüş partisini hatırlatır.

Bir başka medyum-yazarın semineri benimkinden iki saat önceydi. Onun kitaplarını okumuş ve beğenmiştim, bu yüzden konuşmasını dinlemeye karar verdim. Uzun, karanlık salonun arka tarafına oturdum. Yazar mikrofonu alıp Tanrı'nın sesinin kendisini kitaplarındaki şifa verici mesajları yazmaya nasıl yönlendirdiğini anlattı. Sağ tarafımda oturan kadın sonunda dayanamayıp ağlamaya başladı. Kadının arkadaşı ona bir mendil verip kolunu onun omzuna koydu.

Yazar konusuyla ilgili büyük bir tutku sergiliyordu, ve birkaç kez konuşmasını kesip gözlerindeki yaşları sildi. Onun konuşması sırasında birkaç kişi bu Tanrı'yla iletişim konusundan kuvvetle etkilenerek odadan çıktı. Ancak ben daha çok insanların yazar semavi âlemle iletişimini şiirsel bir dille anlatırken başlarını hararetle salladıklarını gördüm.

Yazarın ilahi mesajları hakkında konuşmasını ben de başımı sallayarak dinliyordum. Ne de olsa, onun konuşması çocukluğumdan beri Tanrı ve meleklerden aldığım aynı mesajları yansıtıyordu. Bir programı aynı anda hava dalgalarıyla yayınlayan çok güçlü bir radyo istasyonu gibi, Tanrı her-

kese benzer sevgi mesajları veriyor gibiydi. Tanrı her birimize kişisel mesajlar da verir, ancak onların özü daima aynıdır: sadece sevgi gerçektir, ve korku bizim sevginin her şeye kâdir gücünü fark etmemizi engelleyen tek şeydir.

Geçmiş yıllarda bir ruhsal danışman olarak çalışmamın nasıl değiştiğini düşündüm. Tanrı'nın ve koruyucu meleklerimin teşvikiyle, zamanımın çoğu müşterilerime ve seminer katılımcılarına bu mesajları *bizzat* işitmeyi öğretmeyi içeriyordu. Benim aldığım ilahi rehberliğe göre, mümkün olduğunca çok insana semavi âlemle kendi iletişim hatlarını bulmayı öğretmek önemliydi. Bu iletişim hatları herkesin ruhsal gelişimi, sağlığı, mesleği ve ilişkileri hakkında önemli ve bazen de yaşam kurtarıcı bir rehberlik almasını sağlar.

Birlikte çalıştığım ve ilahi rehberliği arama konusunda çatışma yaşayan birçok müşterimi düşündüm. Onlar bir yandan Tanrı'yla iletişim kurmayı kuvvetle arzuluyorlardı. Ancak, bir yandan da, bazıları ruhsal bir ses duymanın kötü ya da delice bir şey olduğunu hissediyorlardı. Bu çatışan hisler birbirini tesirsiz bırakıp ilahi iletişim kanallarının kesilmesine yol açıyordu. Ben Hristiyan-yönelimli müşterilerime Havari Pavlus'un Korintliler'e yazdığı birinci mektuptaki sözleriyle güvence veririm, bu mektupta o ilahi rehberlik alma yeteneğini "kehanet yeteneği" olarak isimlendirir. Pavlus bu yeteneği sevgiyle kullandığımız takdirde, bunun hepimizin arzu etmesi ve talip olması gereken bir beceri olduğunu açıkça belirtir.*

Dinlediğim seminer bitince, dinleyicilerle birlikte ayağa kalktım. Şimdi konuşma, ve dinleyicilere bulmacanın bir başka önemli parçasını verme sırasının bende olduğunu biliyordum. Benim misyonum Tanrı ve meleklerle, yüksek benliğimizle, yani tüm semavi âlemle nasıl iletişim kurabileceğimizi öğretmeyi içeriyordu.

* 1 Cor. 13:2, 14:1, 14:31, 14:39 (New King James Version)

Seminer dinleyicilerimin karşısında dururken, onların soruları tek bir yüksek ses halinde birleşti: "Neden biz Tanrı'nın sesini kimi insanlar gibi duyamıyoruz?" Ses tonları, "Yani, Tanrı bizi onları sevdiği gibi sevmiyor mu?" sorusunu yansıtıyordu.

Dinleyicilerin bu soruya yanıt almak için adeta yalvaran irileşmiş gözlerine baktım. Bu konuyu araştırıp öğretmek üzere harcadığım zaman için şükran duydum. Tüm seminerlerimde olduğu gibi, onlara da Tanrı ve meleklerle iletişim kurmanın belli yöntemlerini anlatmaya başladım.

O akşam daha geç saatte, Bütün Yaşam Fuarı'na katılan konuşmacılar için verilen partide benden önce seminer veren medyum-yazarla özel bir konuşma yaptım. O bana içtenlikle, kitabı yayınlanalı beri hayatının nasıl mucizevi bir biçimde değiştiğini anlattı. İkimiz de Tanrısal olan ile yakın bir partnerlik geliştirdiğimizde yaşamlarımızın daima mucizevi biçimlerde değiştiğini ve iyileştiğini kabul ettik. Benim yaşamım ilahi rehberliği izlemekten kaynaklanan çarpıcı değişikliklerin canlı bir tanığıydı.

Partide, sarışın genç bir adam yanıma yaklaştı. Onun beni seminerden önce dinleyicilere tanıtan Fuar görevlisi olduğunu hatırladım. Seminer boyunca en ön sırada oturmuştu, ve beni sürekli iri iri açılmış gözlerle dinleyişi dikkatimi çekmişti.

"Ben tutucu bir aileden geliyorum," diye açıkladı bana. "Her Pazar kiliseye giderdik, ama biz asla sizin 'dindar' diyeceğiniz tipte insanlar değildik. Siz bugün herkesin Tanrı ve meleklerle konuşabileceğini söylerken, bununla gerçekten herkesi mi kastediyordunuz?" Yüz ifadesinden, "Yani, sizce ben de Tanrı'yla konuşabilir miyim?" diye sormak istediği belliydi.

"Ben, spiritüel, dini ya da eğitimsel geçmişi her ne olursa olsun *herkesin* semavi âlemle berrak bir biçimde iletişim

kurabileceğini gördüm," diye yanıtladım. "Hepimiz gerçek ilahi iletişimleri hayal gücümüzün ya da ego'muzun sesinden nasıl ayırt edebileceğimizi öğrenebiliriz. Bizim sadece ikisi arasındaki belirleyici farklılıkları anlamamız gerekir. Tanrı ve melekler bizim en derin, en kişisel, en bastıran sorularımıza güvenilir yanıtlar verirler. İhtiyacımız olan tek şey bu yanıtları anlamak, ve sonra onlara uygun davranmaktır."

O sarı saçlarını düzeltip biraz kaşlarını çattı. "Yani, siz bana bir rahibin, bir medyumun ya da Tanrı'yla konuştuğunu söyleyen herhangi birinin aracılığına gerek kalmadan Tanrı'yla teke tek konuşabileceğimi mi söylüyorsunuz?"

Onun bu sorusu karşısında gülümsedim. Ona benim de geçmişte Tanrı'yla kendi bağlantım hakkında nasıl kuşku ve düş kırıklıklarıyla boğuştuğumu açıkladım. Meleklerinin onun ilişkisi ve mesleği hakkında ne dediklerini işitmesine yardımcı olduktan sonra, adam güldü, "Biliyor musunuz, bu onların bana hep söylediklerini düşündüğüm şeydi!" dedi.

Partiye katılanlardan Kristina adlı genç ve hoş bir kadın konuşmamıza kulak misafiri olmuştu. O da kendi ilahi rehberliğini duymak için benden benzer bir yardım istedi. Bir köşeye çekildik, ve ben onun bana sözler ve görüntülerle mesajlar veren meleklerine "çevirmenlik" yaptım. Ben onların Kristina'nın fabrikadaki işinde kendini saplanıp kalmış hissettiği yönündeki sözlerini aktarırken genç kadının gözleri yaşlarla doldu. Kristina bana daha anlamlı bir iş yapmayı ne kadar umutsuzca istediğini, ama mali güvensizliğin fabrikadaki işini bırakmasını engellediğini anlattı.

"Melekler senden güvenmeni istiyorlar, Kristina," dedim. Meleklerin ona işini değiştirmesi konusunda yaptıkları yardım teklifini ayrıntılarıyla aktardım. Kristina'nın alt dudağı bir süre titredi, ve sonra o gözyaşlarını durdurmak için dudağını ısırdı. Meleklerin Kristina'ya yaşam masraflarını

azaltma konusunda yapacakları yardımın ayrıntılarını anlattıkları birkaç dakikadan sonra onun gülümsediğini gördüm.

"Melekler haklılar!" diyerek güldü Kristina. "Sanırım, para konusundaki endişelerim yüzünden onları dinlemeye direniyordum." Sonra Kristina'ya semavi âlemin sesini nasıl işiteceğini öğrettim. Onun görme, işitme ve hissetme konusundaki ruhsal duyularını uyandırmasına yardım ederken, kendimi biraz Helen Keller'e yardım eden Anne Sullivan gibi hissettim.

Kristina'ya ve seminerlerime katılan kişilere öğrettiğim aynı yöntemler bu kitapta yer almaktadır. Bu yöntemler binlerce seminer katılımcısının ilahi mesajlar almasını başarıyla sağlamıştır. Seminerlerime katılan kişiler aklınıza gelebilecek her yaş grubundan, ulustan, eğitim ve gelir düzeyinden ve ırktan geliyorlardı. Aralarında Protestanlar, Katolikler, Yeni Düşünce'den olanlar, Mormon'lar, Museviler, Budistler, Müslümanlar, agnostikler vs. vardı. Tıpkı seminerlerim gibi, bu kitap da her inançtan insanlar içindir, çünkü Tanrı *herkese* mesajlar ve melekler yollar.

Bir psikoterapist olarak, ben dinle ilişkili acı verici deneyimler yaşamış sayısız insanla çalıştım. Bu müşterilerin çoğunun ortak noktası kendisine dini hatırlatan hiçbir şeyden hoşlanmamasıydı. Çoğu *İncil,* Tanrı, Kutsal Ruh, ya da İsa lafını bile duymak istemiyordu. Bu sözler onlara ıstırap verici deneyimlerini hatırlatıyordu. Birçok müşterim bana Tanrı yerine Evren, Ruh, ya da Sevgi gibi daha hafif sözler kullanmam için ısrar etmiştir. Bu durumda ilahi rehberliğim izin verdiğinde, şifa ruhu içinde onların bu isteklerine uymuşumdur. Bugüne dek, eğer onlar sevgi-dolu sözcüklerse, spiritualiteyle ilgili olarak hangi sözcükleri kullandığımızın o kadar önemli olmadığına inandım. *Mucizeler Kursu* adlı spiritüel metinde dendiği gibi, sözler sadece sembollerin sembol-

leridir.*

Bir seminerime katılan bir kadın benim Başmelek Mikail'den söz ettiğimi duyunca korkuyla sindiğini, çünkü bu sözün ona çocukluğunda devam ettiği kiliseyle ilgili bazı acı verici anıları hatırlattığını söylemişti. Ve kadın benden semineri dinlemeyi sürdürebilmesi için Mikail'den söz etmeyi bırakmamı istemişti.

Onunla kısaca konuştum, ve bu kadının benim Tanrı, İsa ve Başmelek Mikail gibi isimleri gerçek, canlı varlıklar değil de *dini* terimler olarak kullandığımı düşündüğünü anladım. Ona, "Ben benim için çok gerçek, canlı varlıklardan söz ediyorum. Başmelek Mikail de dahil olmak üzere, bu varlıklar benim en iyi arkadaşlarımdır. Onlar bana tanıdığım herkesten daha fazla yardım etmiştir, bu yüzden benim için onlar hakkında konuşmak ve onlardan söz ederken coşkumu ifade etmek normal bir şeydir," diye açıkladım.

Bir kez bu kadın çocukluk kilisesinde işittiği ve onda suçluluk ya da itaat duygusu uyandıran isimlerden değil, *ruhsal âlemde bulunan ve o anda bizimle birlikte olan gerçek varlıklardan ve meleklerden söz ettiğimi* anlayınca konuşmama devam etmeme seve seve izin verdi.

Bazı müşterilerim ve seminer katılımcıları Tanrı'ya uzun süredir gücenmişlerdi. Ben ölen bir sevdiklerini kurtarma, bir trajediyi önleme, ya da bir hastalığı iyileştirme konusundaki dualarını ve ricalarını yerine getirmediği için Tanrı'nın kendisine ihanet ettiğine inanan birçok insanla konuştum. Böylece onlar yaşamlarını Tanrı'yla konuşmadan geçirirler. Yine de benim seminerlerime gelirler, çünkü bir düzeyde Tanrı'nın sevgisiyle bağlantı kurmanın açlığını çekerler. Ben onların Tanrı'yla ilişkilerini iyileştirmek için sürekli olarak insanlarla çalışırım, çünkü bu iletişim hatlarını yeniden açmak için yaşamsal bir unsurdur. Bu kitapta ben Tan-

*A Course in Miracles, Manual for Teachers

rı'ya karşı duyulan ve ilahi rehberliği engelleyen içerlemeleri ve korkuları şifalandırmanın yollarını da anlatacağım.

Her gün seminerlerimde ve bu kitapta anlattığım yöntemleri kullanarak semavi âlemin perdesini yarıp geçmiş insanlardan etkileyici mektuplar ve telefonlar alırım. Ben ayrıca Tanrı ve melekler onları bize verdikleri için bu yöntemlerin işe yaradığını biliyorum. Ancak, hiçbir şekilde bu yöntemleri alan tek kişi olduğumu iddia edemem. Semavi âlemle benzer ya da aynı yöntemleri kullanarak konuşan birçok insanla karşılaşıyorum. Bunların doğal ve Tanrı-vergisi yöntemler olduğuna ve bu yüzden bu kadar çok insanın doğal olarak onlarla karşılaştığına inanıyorum. Onları bu kitapta okurken, onları öğrenmek yerine, sadece hatırladığınızı da hissedebilirsiniz. Bu yöntemler her türlü dini sınırı aşar, çünkü bize, inançlarımız her ne olursa olsun, hepimizin Tanrı'nın çocukları olduğumuzu hatırlatırlar.

Sizler Tanrı, koruyucu melekleriniz, ve İsa, Musa, Krişna, Muhammed ve Buda gibi yükselmiş üstatlarla iletişim kurma konusunda doğal bir yeteneğe sahipsiniz. Bu ruhsal iletişim yeteneği sizin Tanrı-vergisi doğanızın bir parçasıdır. Ancak, sahip olduğumuz diğer doğal yeteneklerde olduğu gibi, onları uygulamak için çoğunlukla biraz eğitime ve teşviğe ihtiyaç duyarız. Siz bunların her ikisini de bu kitapta bulacaksınız.

BİRİNCİ KISIM

Tanrı ve Koruyucu Melekleriniz ile Nasıl İletişim Kurabilirsiniz

BÖLÜM 1

Tanrı ile Sürekli Temastasınız

Hiç aşağıdakilere benzer bir durum yaşadınız mı?

• Arabanızın anahtarı, cüzdanınız ya da bir mektup gibi önemli bir şeyi nereye koyduğunuzu unutursunuz, ve birden bir sezgi size yol göstererek onu bulmanızı sağlar.

• Araba kullanırken, içinizden gelen bir ses hemen şerit değiştirmenizi söyler, ve böylece bir trafik tıkanmasından ya da kazadan kıl payı kurtulursunuz.

• Bir sevdiğinizin başının dertte olduğu içinize doğar, ve onu aradığınızda, sizin yardımınıza ihtiyacı olduğunu öğrenirsiniz.

• Yeni biriyle tanıştığınızda, ilk izlenimleriniz ilişkinizin gidişatını doğru bir biçimde önceden bildirir.

• Nereden geldiği belli olmayan bir ses sizi bir tehlikeye karşı uyarır, ve daha sonra bu uyarının sizi büyük bir felaketten kurtardığını anlarsınız.

• Eski bir arkadaşınızı düşünürsünüz, o gün daha sonra ondan bir mektup ya da telefon alırsınız.

Yaşamınız boyunca, ilahi rehberliğin pek çok örneğini deneyimlemişsinizdir. Tanrı'nın ve meleklerin size rehberlik yaptıklarının farkında olmamış olabilirsiniz. Yaşamınızda bazı olağanüstü olaylarda semavi âlemin müdahale ettiğinden kuşkulanmış olabilirsiniz. Ayrıca Tanrı'nın size yol gösterdiğini kesin olarak hissettiğiniz birkaç deneyim de yaşamış olabilirsiniz.

Yaradan'ın sesi bizi asla bırakmamıştır, aslında, bırakamaz da. Tanrı bizi ilk düşündüğünde yaratılan Tanrısal

ışık kıvılcımı içimizde dopdolu bir halde kalır. Bu ışık Tanrı ile birdir, bu da *bizim* Tanrı ile bir olduğumuz anlamına gelir. Gerçek özümüz olan Tanrısal ışık vasıtasıyla biz Tanrı'nın zihninden gelen her düşünceye ortak oluruz. İşin doğrusu, o halde, bizim zihnimiz Tanrı'nın zihninin bilgeliğine ebediyen bağlıdır.

Tanrı ve melekler bize sürekli olarak hitap ederler. Onlar ilk yaratıldığımız andan itibaren bize rehberlik yapmakta, bizimle konuşmakta, ve bu rehberliği izlemeye teşvik etmektedirler. Tüm tarihimizde bir an bile Tanrı'dan ve onun bilge sevgisinden uzak kalmadık. Çünkü O daima bizimle birliktedir, bize yol göstermektedir; yapmamız gereken tek şey bu bağı nasıl güçlendireceğimizi ve ilahi rehberliğin yaşamımızda aldığı çeşitli biçimlere nasıl uyumlanacağımızı öğrenmektir. Bunu yaptığımızda, Tüm Öğretmenlerin Öğretmeni ile sürekli temasta olmaktan kaynaklanan huzur ve cesareti hissederiz.

Onu şöyle düşünün: Eğer size her sorunun yanıtını bilen, kendisini tümüyle sizin mutluluğunuza, güvenliğinize ve refahınıza adayan, ve karşılığında sizin yardım almaya gönüllü olmanız dışında hiçbir şey beklemeyen bir rehbere sahip olma fırsatı sunulsaydı, buna minnettarlıkla "Evet" demez miydiniz? Bu rehber, sevgili Yaradanımız, zaten bizimle birliktedir. Biz Tanrı'yla sürekli iletişim kurma alışkanlığını edindiğimizde, her eylemimize ve düşüncemize güçlü bir uyumla rehberlik yapılır.

İlahi Rehberliğin Neden Farkında Değiliz?

Tanrı bizimle sürekli olarak konuşmasına rağmen, biz her zaman bu rehberliğin farkında değilizdir. Bunun birçok nedeni vardır:

- İlahi rehberliğin nasıl işitildiğini, hissedildiğini ya da

göründüğünü bilmiyor olabiliriz.

• Tanrı tarafından kontrol edilmekten korkarız, böylece ilahi rehberliğin önünü kasten keseriz.

• Bu rehberliği halüsinasyon ya da hüsnükuruntu olarak algılayabiliriz.

• İlahi rehberlik bizden kanatlarımızı açıp yükselmemizi istediğinde düşmekten korkarız.

• İlahi rehberliğin bize vermeye çalıştığı iyiliği hak etmediğimizi düşündüğümüzden başarıdan korkarız.

• Eğer O'nu dinlersek Tanrı'nın bizi azarlayacağından, cezalandıracağından ya da yönlendireceğinden korkarız.

• Zihnimiz kendimize ve başkalarına karşı yargılarla ve bağışlamazlıkla tıkalıdır.

• Tanrı'yla bağlantı kurduğumuzda gelen yoğun sevgiyle başa çıkamayacağımızı düşünürüz, ki bu sevginin acı vereceği ile ilgili korkumuzdan kaynaklanır.

• İlahi rehberliği istememişizdir. Özgür İrade Yasası biz istemedikçe (yaşamsal tehlike içeren durumlar hariç) semavi âlemin yaşamımıza müdahale edemeyeceğini bildirir.

• İlahi rehberliğin sunduğundan farklı bir yanıt ister ya da bekleriz.

• Aşırı meşgul, gergin, yorgun olduğumuz, ya da kafein, alkol, nikotin, şeker veya diğer uyuşturucular gibi kimyasal maddeler tarafından etkilendiğimiz için dikkatimiz dağılmıştır.

Allahtan, bir kez bu korku ve kuşkuları tanımlayıp onlardan kurtulduğunuzda ilahi rehberliği kolayca duyarsınız. Ve bir kez gerçek ilahi rehberliği nasıl tanıyacağınızı anladığınızda, onun kalbinizdeki, zihninizdeki ve bedeninizdeki mevcudiyetini giderek daha çok fark edersiniz.

Tanrı'yla Bağınızı Güçlendirmek

Hepimiz Tanrı ve meleklerle berrak bir biçimde iletişim kurabiliriz. Bazen ilahi rehberlik sadece, Tanrı'nın sesini daha iyi işitebilmeniz için sesi yükseltmenize yardımcı olacak birkaç yeni davranışı gerektirir. İlahi iletişim kanallarımızı güçlendirebilecek bazı yollar vardır. Örneğin:

- Önceki sayfada sıralanan korkuları ve engelleri dağıtan gerçeği öğrenin (bu kitap size bu süreçte yol gösterecektir).
- Gevşeyin ve ilahi rehberliğin doğal, normal, ve bir Tanrı çocuğu olarak mirasınızın bir parçası olduğunu bilin.
- İlahi rehberliği mümkün olduğunca sık bir biçimde istemeyi unutmayın. Uygulama yapın. Uygulama yapın. Uygulama yapın.
- Güven ilahi rehberliği almanın, izlemenin ve ondan yararlanmanın esası olduğundan, Tanrı'dan ve meleklerden imanınızın ortaya çıkmasına yardımcı olmalarını isteyin.

İlahi rehberliğin farkına varmanızı engelleyen korkuların ve alışkanlıkların bir kez üstesinden geldiğinizde, bu rehberlik de daha yüksek sesli, güçlü ve berrak hale gelir. *Mucizeler Kursu* adlı spiritüel metinde denildiği gibi, "Bizzat Tanrı'nın içinize yerleştirmiş olduğu, sizin zihninizi O'nunkine bağlayan iletişim hattı koparılamaz. Onun kopmasını istediğinize inanabilirsiniz, ve bu inanç Tanrı'nın sizinle kuracağı tatlı ve sürekli iletişimdeki derin huzura müdahale eder. Ancak O'nun size eriştiği kanallar tam olarak kapatılamaz ve O'ndan ayırılamaz." *

Tanrı İlahi Rehberlik Hakkında Ne Diyor?

Bu kitabı yazarken, Tanrı'dan beni yönlendirmesini ve bu

*Foundation for Inner Peace, *A Course in Miracles* (Glen Ellen, CA, 1975) kısım 13, bölüm XI, parag. 8.

kitabın yazılımına katılmasını istedim. Bir noktada Tanrı'yla aramızda şöyle bir konuşmanın geçtiğini, ve O'nun buna bu kitapta yer vermemi istediğini hissettim.

Soru: Seninle iletişim kurmamız konusunda bize ne söylemek istersin?

Yanıt: *Bunu daha sık yapın! Sevgili çocuklarımın yuvayı aramaları beni daima mutlu eder. Benden bir dilekte bulunurken kalbinizden akan sevgi, tıpkı benim sevgim size aktığında olduğu gibi, beni yıkayıp geçer. Bu her yönde bulunan bir armağandır, ve bu armağanı birbirimize ne kadar sık versek azdır. Bu armağanın hazzını yaşamak için beklemeyin, çünkü o şimdi sizindir.*

S: Seninle iletişim kurmamız için tercih ettiğin bir yol var mı?

Y: *Sık sık iletişim kurun. Tek tercihim budur: bunu sık sık yapın. Ancak birçoğunuz benim sesimi duymaktan o kadar korkar ki bu iletişimi hep "daha sonraya" erteler.*

S: Daha sonraya mı?

Y: *Evet, "başları derde girene" dek. Elbette, o zaman da yüreklerine suçluluk duygusu hâkim olduğundan bana titreyen bir sesle gönülsüz bir biçimde seslenirler. Çocuklarımın yuvayı aramakta bu kadar zorlanmaları beni daima üzer.*

Teselli ve yardım bulmak için sevgi dolu kollarıma geldiğinizde sizi cezalandıracağımdan hiç korkmayın. Size söylüyorum, ben sizin kutsal yaşamlarınızdan hiçbir şeyi esirgemem, ve gerçek budur. Sizden tek isteğim bu iletişimde dürüst olmanızdır, ki dileklerinizi sizin istediğiniz gibi gerçekten onurlandırabileyim.

Siz gerçeğinizi dile getirdiğinizde, ben bu dilekleri yerine getirmek için, dünyevi anlamda hiç "zaman" yitirmem. Ama siz "Tanrı'nın gazabından" kurtulmak için sözlerinizi yarıgerçeklerle, hatta yalanlarla karmakarışık ettiğinizde, ben si-

zin istediğiniz şeyin gerçek anlamını bulup çıkarmak ve size bunu açıklamak zorunda kalırım. İşte bu yüzden bazen dilekleriniz reddedilmiş ya da gerçekleşmeleri ertelenmiş görünür. Dünyevi ilişkilerinizde olduğu gibi, iletişimin dürüstlüğü her şeyin dönüm noktasıdır.

Tanrı'nın ayrıca O'nunla iletişim kurarken bunun için gerekli zamanı ayırmamızın önemini vurguladığını da algıladım. Bu akla uygun bir şey. Nasıl sevdiğimiz insanlarla konuşurken orada mevcut ve merkezlenmiş olmak için gerekli zamanı ayırmaya çalışıyorsak, Tanrı'yla konuşurken de orada mevcut ve merkezlenmiş halde bulunmak için zaman ayırmamız gerekir. O bunu şöyle ifade ediyor:

Y: *Birçokları benimle rahatsız bir biçimde, acele ve telaş içinde, adeta soluk soluğa konuşur. Oysa sözlerinizi haftanın bir günü bir dakikalık bir celseye sıkıştırmaktansa, günlere, haftalara, aylara yaymak çok daha iyidir. Araba sürerken, evden ayrılıp işe giderken konuşun benimle. Markette alışveriş yaparken, takside giderken, kaldırımda dururken, sokakta yürürken konuşun benimle. Benimle nerede ya da ne zaman konuştuğunuz fark etmez. Sadece konuşun benimle. Daha fazla konuşun!"*

Özgür İrade Yasası

Tanrı'nın Özgür Irade Yasası bizim O'nun müdahalesi olmadan hatalar ve seçimler yapmakta özgür olduğumuzu bildirir. Eğer biz O'nun yardımına direniyorsak, O bize ilahi rehberliğini empoze etmeyecektir. Tek istisna bizim vaktinden önce ölüm tehlikesiyle karşılaştığımız durumlardır.

SUZANNE

Suzanne adlı bir kadın bir akşam tek başına arabayla eve dönerken yoldaki bir virajı göremedi. Arabası bir telefon di-

reğine çarptı, ve Suzanne'nin başı ön cama çarpıp yaralandı.

Bir ambulans gelip onu hızla hastaneye götürdü. Suzanne öleceğinden korkuyordu. Ambulansta bulunan iki genç doktor onu rahatlatmaya çalışıyordu. İçlerinden biri özellikle şefkatli davranıyordu. O Suzanne'nın elini tutup ona sürekli olarak, "Sen bunu atlatacaksın. Başaracaksın. Sadece biraz dayan, Suzanne. Bunu yapabilirsin," diye fısıldarken Suzanne onun koyu renkli gözlüklerine ve kıvırcık saçlarına baktığını hatırlıyor. Genç doktorun yumuşak telkinleri Suzanne'ye hayatta kalmak için gerekli mücadele gücünü ve isteğini vermişti.

Üç hafta sonra Suzanne dikişlerini aldırmak için acil servise geldi. Orada kendisini hastaneye getiren ambulans sürücüsünü ve doktorlardan birini gördü. Ama, ambulansta onun elini tutan o koyu kıvırcık saçlı harika doktor neredeydi? Suzanne ona yaşama gücü verdiği için bu insana teşekkür edebilmeyi çok istiyordu. Ancak karşısında duran iki adam kafalarını kaşıyor ve çok şaşırmış görünüyorlardı. Sürücü sonra o gece ambulansta gözlüklü bir doktorun bulunmadığını söyledi. "Sadece ikimiz vardık. Ben arabayı kullanıyordum, ve Carl da arkada sizinle birlikteydi. Gördüğünüz gibi, onun gözlükleri yok ve saçları da açık kumral."

Tanrı ve melekler bize yardım ve rehberlik edebilmek için gerekli olan her şeyi yaparlar. Bu bir doktor olarak belirmeyi gerektiriyorsa, bunu da yaparlar. Birçok kişi bana böyle kriz anlarında ortaya çıkıp krizi yatıştırdıktan sonra gizemli bir biçimde ortadan kaybolan insanlarla ilgili benzer öyküler anlatmıştır.

Ancak, ortada bir kriz yokken, Tanrı ve melekler suskun ve bizden uzak görünebilirler. Çoğu kez, bu biz onların yardımını ve rehberliğini istemediğimiz için böyle olur.

Kendini Bırakıp Güvenme

Birçok kişi içindeki dingin, küçük sesi duyabilmek için çabalayıp durduğundan düş kırıklığına uğrar. Ne yazık ki, çabaladığımız zaman Tanrı'yla aramızdaki ruhsal iletişim hatlarını tıkarız. O'nu daha iyi işitebilmek için gevşemeli ve kendimizi bırakmalıyız. Bir kez iç sesinizi işitme yöntemlerini rahatça uygular hale geldiğinizde, ilahi rehberliğiniz size doğal olarak gelecektir.

Çocukken, Tanrı'yla ve meleklerle temasımızın farkındayızdır. Bir açıklık ve masumiyet hali içinde doğmuşuzdur. Çoğu kez, ruhsal bağlantımızı korku yüzünden kapatırız. Bununla birlikte, korkumuzu bıraktığımız anda semavi âlemle yeniden bağlantı kurabiliriz.

Spiritüel bir anlayışa sahip olan arkadaşlarımın kızları Anahita iki yaşındayken babasına, "Tanrı nerede?" diye sordu. Baba kızının önünde diz çöküp gülümsedi ve Tanrı'nın onun içinde olduğunu anlattı.

Kısa bir süre sonra, arkadaşım Anahita'nın koltukta oturup kendi kendine konuştuğunu fark etti. "Anahita, ne yapıyorsun?" diye sordu baba.

"Tanrı ile konuşuyorum, baba," diye yanıtladı çocuk. "Tanrı'nın benim içimde olduğunu söyledin, ben de O'nunla konuşuyorum."

Kaç yetişkin böyle oturup Tanrı ile konuşmak için gerekli itimat ve güvene sahiptir? Çoğu kişi yaptığı tüm konuşmanın sadece kendi hüsnükuruntusunun ya da hayal gücünün bir ürünü olduğunu düşünecektir. Çocuklar Tanrı'nın ve meleklerin seslerini kolayca duyarlar, çünkü onlar bunu sorgulamadan kabul ederler. Biz bu açık-fikirliliği gösterip, ilahi iletişimin bizim için bir çocuk için olduğu kadar doğal olduğunu bilebilir miyiz? Bunu yaptığımızda, Tanrı'nın ısrareden gücü bizim ilahi rehberliği işitip anlamamızı önleyen

tüm engellerin üstesinden gelir.

Yaradanımız bize daima korkuya değil sevgiye dayanan seçimler yapmamızı hatırlatır. Buna izin verdiğimizde, O bize yaşamın kocaman bir mucize olabileceğini öğretir. Tanrı bizi tutkularımızı harekete geçiren ve dünyada bir amaca hizmet eden mesleklere sevgiyle ve incelikle yönlendirir, ve bu sırada tüm maddi ihtiyaçlarımızı karşılar. Semavi âlem aşk yaşamımızı da onurlandırır, eşruh ilişkilerinin hazzını yaşamamıza yardımcı olur. İlahi rehberliğimiz sağlık, aşk ve meslek de dahil olmak üzere yaşamımızın her veçhesini iyileştirir.

Tanrı'nın gözünde hiçbir soru, zorluk ya da mesele çok büyük ya da çok önemsiz değildir. Biz *her konuda* ilahi rehberliğe başvurmaya gönüllü olduğumuzda, kendimizi bırakıp yaşamdan zevk almakta özgürleşiriz. Böylece tüm bu süreç boyunca O'nun tüm ihtiyaçlarımızı, yanıtlarımızı ve arzularımızı karşılayacağı rahatlatıcı bilgisiyle direksiyonu Tanrı'ya bırakırız. İster Tanrı'dan yaşamımızın ev, evlilik, para, sağlık gibi gerçekten "büyük" gördüğümüz parçaları için yardım istiyor olalım, ister meleklerden bizi arabamızı park edebileceğimiz bir yere yönlendirmelerini istiyor olalım, ilahi rehberlik sürekli olarak hizmetimizdedir. Bunu yirmi-dört saat boyunca hizmet sunan ve bu arada asla meşgul sinyali vermeyen ve sizi asla bekletmeyen bir yardım-hattı olarak düşünün. İlahi rehberlik yanılmaz öğütler ve dürüst yanıtlar kaynağıdır.

Tanrı'nın yaratmış olduğu gerçek "siz" ilahi rehberliği berrak bir biçimde ve tam olarak alır. Ama, yaşamınızda bir sahte "siz" de vardır. Aynı zamanda ego ya da düşük benlik olarak da bilinen bu sahte benlik korkunun hâkimiyeti altındadır. O Tanrı da dahil olmak üzere her şeyden ve herkesten korkar. Ego size kendi korkularına dayanan bir rehberlik sunar, ve bu sahte rehberlik insana daima zaman, para ve

enerji kaybettirir, sorunlar ve acılar yaşatır. Ego'nun rehberliği de, tıpkı Tanrı'nın rehberliği gibi yüzde yüz güvenilirdir. Aradaki tek fark, ilahi rehberlik daima sevince neden olurken, sahte benliğin daima sorunlara yol açmasıdır. Bu kitap boyunca, gerçek ve sahte rehberlik arasındaki farkı ayırt etmenize yardımcı olacak yolları anlatacağım.

İlahi Rehberlikle Direkt Deneyimlerim

Bir Hristiyan ruhsal şifacısı olan annem beni ilahi rehberlikle çok küçük yaşta tanıştırdı. O bana her türlü durumu halletmek için Tanrı'ya başvurmayı öğretti. Ben O'nun tüm gün boyunca benimle konuştuğunu, yapmam gereken tek şeyin dinlemek olduğunu öğrendim. Bazen Tanrı'nın sesi duyulabilecek şekilde gelirdi. Örneğin, sekiz yaşındayken bir gün Pazar okulundan çıkarken, sağ kulağımın dışında bir erkek sesi duydum. Bu ses sevecen bir kesinlikle bana yaşam misyonumun insanlara zihin ve beden arasındaki bağlantıyı öğretmeyi içerdiğini söyledi.

Bazen korkarız, çünkü Tanrı'nın bizi yapmaya yönlendirdiği şey göz korkutucu görünür. Bu benim için özellikle yirmili yaşlarımın başındayken geçerliydi. Liseyi bitirir bitirmez evlenmiş ve peş peşe iki oğlan çocuğu doğurmuştum. Çocuklarım olduğu için çok mutluydum, ama yine de yaşamımda önemli bir şeyin eksikliğini hissediyordum. Dünyaya bir katkıda bulunmak ve anlamlı bir mesleğe sahip olmak istiyordum. Ancak insanlara bir fark yaratacak ne sunabileceğimi hayal edemiyordum. Her şey bir yana, ne özgün fikirlere ne de resmi ya da özel bir eğitime sahiptim.

Bir düzeyde, Tanrı'ya bana yol göstermesi için dua ediyordum. Bunlar bilinçli dualar olmamasına rağmen, "Tanrım, lütfen bana yardım et!" diye düşündüğümü ve "Çoban, Bana Nasıl Gideceğimi Göster" gibi ilahiler söylediğimi ha-

tırlıyorum. Kendi bildiğimce, ilahi rehberlik istiyordum.

Her şey bir yana, ilahi rehberlik bizim dualarımıza ya da başkalarının bizim adımıza ettikleri dualara bir yanıttır. Biz semavi âlemden ne zaman yardım istesek, bu yardımı alırız. Bazen bu, bir meleğin öldürücü bir kaza sırasında müdahale etmesi gibi, direkt bir yardımdır. Ancak daha çok, Tanrı dualarımızı uygulanabilir öğütler vererek yanıtlar.

O'nun rehberliğini bir gün evimizin önündeki küçük bahçede çalışırken aldım. Bahçıvanlığın beni olumsuz düşünceleri aşmamı sağlayan meditatif bir hale soktuğunu daima fark etmişimdir. O gün yabani otları ayıklarken zihinsel bir vizyon gördüm, bu adeta siyah-beyaz bir filme benziyordu. Bu vizyonda, kendimi çok farklı bir yaşam içinde gördüm. Ben orada kitapları büyük ilgi gören bir yazardım, insanlara yardımcı oluyor, şifa veriyor ve yaşamımdan zevk alıyordum. Vizyonumun basit bir hayal-kurma olmadığını biliyordum, çünkü o beni çok rahatsız etmişti. Her şey bir yana, ben kitaplar yazıp insanlara yardım etmek için gerekli şeylere sahip olduğumu düşünmüyordum.

Bu vizyonları görmezden gelmeye çalıştım, ama onlar her gün gözümün önünde belirmeye devam ettiler. Çok geçmeden bu vizyonlar yaşamım hakkında tüm ayrıntıları içeren renkli filmlere dönüştüler. Belki bu görüntülerin rahatsız bir yaşamdan hoş bir kaçış olduğunu düşünebilirsiniz, ancak onlar benim kendimi daha kötü hissetmeme yol açıyorlardı. Bu vizyonlar tarafından taciz edildiğimi, kovalandığımı hissetmeye başlamıştım. Sonra tıka basa yemek yediğimde bu filmi durdurabildiğimi keşfettim. Böylece çok fazla yemek yemeye başladım.

Birkaç ay sonra epey kilo almıştım ve kendim ve yaşamımla ilgili olarak hiç de daha mutlu değildim. Her seferinde, yemeği sindirdikten sonra yine vizyonlar görüyor ve beni kitaplar yazmam ve bir şifacı olmam için dürten hisler duyu-

yordum. En sonunda zihinsel filmlerimi engellemek için yemeği kullanmaktan yorgun düştüm. O noktada, teslim oldum ve Tanrı'dan yardım istedim.

"Çok korkuyorum," diye kendime ve Tanrı'ya itirafta bulundum. "Bana gösterip durduğun hayatı yaşamayı çok isterdim, ama bunları nasıl yapabileceğim hakkında hiçbir fikrim yok. Yani, benim çok zamanım ve param yok. Ayrıca kitaplar yazabilecek kadar akıllı ve yetenekli olduğumdan da emin değilim, hem yayıncılık endüstrisi hakkında fazla bir şey bilmiyorum. Ama, eğer yapmamı istediğin şey buysa, o zaman Senin rehberliğini izleyeceğim."

Tanrı'ya böyle söz verip bana yol göstermesini istedikten sonra, bir içgüdü ve akli biliş şeklinde gelen güçlü bir izlenim aldım. Yerel üniversiteye kabul danışmanını aramam gerektiğini biliyor ve hissediyordum."Üniversiteye gitmek için gerekli zamanı, parayı ya da aklı nasıl bulacağımı bilmiyorum," dedim Tanrı'ya. "Ancak, Sana rehberliğine güvenip onu izleyeceğime dair söz verdim."

İlk adımı atıp üniversiteye kabul danışmanını aradıktan sonra, "Danışmanla yüz yüze görüşmek üzere randevu al," diyen bir başka izlenim aldım. Yine, ilk önce bu rehberliğe direndim, ama sonra Tanrı'ya verdiğim sözü hatırladım. Tüm kuşkularıma rağmen, kendimi tam Tanrı'nın beni yapmaya yönlendirdiği gibi, üniversiteye kaydolurken buldum. Ve kocam, işe ikindi-vakti gittiği için, ben okula gittiğimde çocuklarımıza bakmayı kabul etti.

İlahi rehberlik bana adım adım yol gösterdi ve en sonunda zihinsel filmimdeki tüm vizyonlar gerçekleşti. Tanrı daima bana ihtiyacım olan parayı, fikirleri ve bilgiyi sağladı. Ülkenin en pahalı özel üniversitelerinden birinden iki dereceyle mezun oldum. Eğer Tanrı'nın bana önce "parayı göstermesini" bekleseydim, hâlâ bekliyor olacaktım! Böylece, O'nun her şeyi sağlayacağına duyduğum imanla yürüyerek,

tüm maddi destiğimi aldım. Otuz yaşıma geldiğimde, bir psikoterapist, ve kitapları çok satan ve sık sık konferans ve talk-show turnesine çıkan bir yazar olmuştum.

Geriye dönüp baktığımda, şimdi Tanrı'nın bize birbirini izleyen minik adımlarla yol gösterdiğini anlıyorum. Bizim bu minik rehberliklerin farkına varmamız ve onları yerine getirmemiz gerekiyor ki bize bir sonraki adımımız gösterilsin. Ben vizyonlarımda gördüğüm şeyleri nasıl başaracağımı ayrıntılarıyla plânlayamadığım için kendimi sıkışıp kalmış hissediyor ve korkuyordum. Esasen, Tanrı'nın bana bunları nasıl başarmamı niyet ettiğini gösteren tam bir plân sunmasını istiyordum. Yola çıkmayı kabul etmeden önce bu yolda zarar görmeyeceğim, darbe yemeyeceğim ve düş kırıklığına uğramayacağım konusunda tam bir güvence istiyordum. Ancak şimdi Tanrı bana tüm plânı önceden göstermediği için mutluyum. Eğer O bana, örneğin turnelerim sırasında gece geç vakit tek başıma New York'a gideceğimi göstermiş olsaydı, ben büyük olasılıkla "Asla yapamam!" diye işin başında karşı çıkardım.

Ayrıca yaşam plânımın *nasıl*'ının da Tanrı'ya bağlı olduğunu gördüm. İlahi misyonumu başarmak için, asla plânlayamayacağım ya da kontrol edemeyeceğim yollardan yeterli zaman, para ve anlayış elde ettim.

Tanrı Her Şeyi Yanıtlar

Bu kitapta, siz ilahi rehberlikle bağlantı kurmanın ve iletişim kanallarınızı temizlemenin çeşitli yöntemlerini, ve başka insanların semavi âlemin yardımından nasıl yararlandıklarını okuyacaksınız. Tüm bu yöntemler güçlü ve etkilidir, ve onları birkaç gün kadar uyguladığınızda bile derin sonuçlar elde edebilirsiniz. Bir ay boyunca düzenli bir uygulama yaptıktan sonra ise ilahi rehberliği alma konusunda kendinizi

rahat ve ustalaşmış hissedebilirsiniz.

Büyük küçük her türlü sorunuza yanıt alabilirsiniz. Verdiğim İlahi Rehberlik seminerleri sırasında bana sık sık, "Tanrı'ya mali durumumu, aşk yaşamımı, arabamı nereye park edebileceğimi vs. sormam uygun mudur?" diye sorarlar. Bunları soran insanlar bazı konuların Tanrı için yasak-bölge ya da çok önemsiz olup olmadığını merak etmektedirler.

Yanıt, Tanrı her şey olduğundan, her şeyin Tanrı'yı içerdiğidir. Tanrı kendisine her konuda danışmamızdan hoşlanır. O, her seferinde tek bir kişiyle konuşan bir kriz merkezi gibi değildir. Tanrı zaman-ötesi bir boyutta var olur; bu yüzden de herkesten gelen her ricayı aynı anda işitir, ve onları bir karışıklık ya da parazit olmadan alır. Kusursuz iletişim de dahil olmak üzere Tanrı'nın her şeyi kusursuzdur.

Aşk, maddi destek, cesaret ve doğru öğüt de dahil olmak üzere Tanrı tüm ihtiyaçlarımızı karşılar. Bizim herhangi bir şeyin bizden esirgeneceğinden korkmamız gerekmez. Kendimizden bir şeyler esirgeyen tek varlık yine biziz. Tanrı saf sevgi, saf ışık ve saf zekâdır, bu yüzden arzu edebileceğimiz her armağan bu kaynaktan üretilir.

İlahi yardım ve rehberliği birçok biçimde rica edebilirsiniz. Ricanızı yüksek sesle söyleyebilir, bir deftere yazabilir, bilgisayara geçirebilir, hayalini kurabilir, hissedebilir ya da sadece düşünebilirsiniz. Onu düzgün ya da özensiz bir dille ifade edebilirsiniz. Hatta, Tanrı'nın yardımını öfkeli bir sesle bile rica edebilirsiniz. Tanrı'yla *nasıl* konuştuğunuz önemli değildir. O sizin ricanızın altındaki sevgiyi işitip ona karşılık verir, ve O her türlü öfke ya da saygısızlığı besleyen korkuya karşı sağırdır. Kuşkusuz, sık sık gerçekleştireceğimiz iletişimler yoluyla Tanrı'yla yeniden yakın bir ilişki kurduğumuzda, O'nunla doğal olarak sevgi dolu bir saygıyla konuşacağızdır. O'nun sevgisi o kadar huşu-vericidir ki saygı bunun doğal bir sonucudur.

İlahi Rehberliğin Dört Biçimi

Belki siz Tanrı'nın yaşamınıza nadiren ve beklenmedik bir biçimde müdahale ettiğine inanıyorsunuz. Oysa O her birimize *durmaksızın* rehberlik yapar, ve sadece kendi farkındalıktan yoksunluğumuz bu rehberlikten yararlanmamızı engeller. İlahi rehberlik dört farklı biçimde gelir:

1. *Vizyonlar, görüntüler ve zihinsel resimler.* Siz de benim gibi zihinsel bir filme benzeyen vizyonlar alabilirsiniz. Ya da sizin vizyonlarınız zihninizin içinde ve dışında beliren anlık fotoğraflar olarak görünebilir. Bu vizyonlar gerçekçi ya da sembolik olabilir, ve ayrıca rüyalarınızda ortaya çıkabilirler.

JOANN

JoAnn adlı bir kadın bana geçirdiği sinir bozucu bir dönemde onu rahatlatan görsel bir rehberlik aldığını anlatmıştı. JoAnn'ın yaşadığı mahalle normalde çok sessiz bir yerdi, ve o evde çalıştığından bu sessizlikten çok hoşnuttu. Bir yaz günü, komşusunun havalandırma aygıtı çalışmaya başladı. Tüm gün boyunca JoAnn bu aygıttan gelen gürültülü cızırtıları ve vınlamaları dinledi. İçinden öfkelenerek ne yapacağını düşünmeye başladı. En sonunda Tanrı'ya bu duruma bir çare bulmak için ne yapması gerektiğini sordu.

Rehberlik isteyince, JoAnn berrak bir zihinsel resim gördü; bu resimde komşusunun evinin önünde beyaz bir servis arabası duruyordu. JoAnn arabanın oraya havalandırma aygıtının tamiri için geldiğini görebiliyordu. Bu vizyonla birlikte büyük bir huzur duydu. Her şeyin çok yakında düzeleceğini bilmenin rahatlığıyla artık havalandırma aygıtının gürültüsünden de o kadar etkilenmiyordu. Kısa bir süre sonra komşusunun evinin önünde beyaz bir servis arabası görünce çok az şaşırdı. Tıpkı JoAnn'ın daha önce zihinsel olarak gördüğü gibi, havalandırma aygıtıyla ilgili sorun o gün

çözümlendi.

2. *Sesler ve sözler.* Tanrı ve melekler size gerçek bir sesle hitap edebilir, hatta isminizi söyleyebilirler. Bu sesi başınızın içinde ya da dışında duyabilirsiniz, ve o sizin kendi sesinize bile benzeyebilir.

MAUREEN

Maureen arabayla işe giderken ona ısrarla şerit değiştirmesini söyleyen bir ses duydu. Hiç duraksamadan bu emre uydu. Otuz saniye sonra, yolun yanlış tarafından gelen ve onun az önce bulunduğu şerite doğru hızla ilerleyen bir cip gördü. Maureen arabayı yolun kenarına çekip Tanrı'ya ve meleklere hayatını kurtardıkları için gözyaşları içinde teşekkür etti.

3. *Hisler ve önseziler.* İlahi rehberlik ayrıca önseziler, duygular, ve koku da dahil olmak üzere fiziksel duyumlar olarak da gelir.

CAROL

İki çocuklu dul bir kadın olan Carol yeniden evlenmek için güçlü bir arzu duyuyordu. Böylece meleklerinden onu hem iyi bir eş hem de iyi bir üvey baba olacak bir adama yönlendirmelerini istedi. Bunun hemen ardından, Carol Bay Doğru'yu komşu mahalledeki belli bir kilisede bulabileceği yönünde hisler almaya başladı. İlk başta, bu hissin hayal gücünden kaynaklandığını düşünerek onu önemsemedi. Ancak bu his ısrarla geliyordu, ve Carol en sonunda onun rehberliğini izlemeye karar verdi.

Carol bu kiliseye ikinci kez gittiğinde, uzun boylu kilise teşrifatçısıyla gözgöze geldi. Daha sonra fuayede onunla sohbet etti, bunu kiliseden sonra birlikte kahve içmeler izledi. Kısa bir süre içinde birbirlerinden ayrılamaz hale geldiler,

ve bir yıl sonra aynı kilisede evlendiler.

4. *Düşünceler, fikirler, ve içsel kesinlik.* Biz ilahi rehberliği ayrıca bir "biliş" olarak da alırız, burada direkt olarak Tanrı' nın evrensel zekâsından bilgi alınır.

CARL

Carl, Güney California'da yaşayan kırk yaşlarında bir adamdı ve yaptığı emlakçılık işinden bıkıp usanmıştı. Uzun çalışma saatleri ve gelirindeki düzensiz iniş çıkışlar yüzünden yorgun düşmüş olan Carl artık anlamlı ve ilginç bulacağı bir iş yapmak istiyordu. İki yıl süren arayışı sonuçsuz kalınca, Carl en sonunda Tanrı'dan yardım istedi.

Bunun üzerinden çok geçmeden, Carl bir gün evinin yakınındaki işlek bir yolda araba sürerken birden büyük bir sahaf dükkânı dikkatini çekti. Carl o kitapçıda çalışacağını, ve bu işi seveceğini o anda bildi. O dükkâna gidip içeri girdi, dükkân sahibine iş aradığını bildirdi, ve hemen işe alındı. İki yıl sonra Carl ile orada karşılaştığımda, bana yaşamında hiç olmadığı kadar mutlu olduğunu söyledi. Genel gelir düzeyi düşmüş olmasına rağmen, Carl sevdiği bir işi yapıyordu, ve bu onun kendisini zengin hissetmesini sağlıyordu.

Sadece özel ya da bu konuda Tanrı-vergisi bir yeteneğe sahip kişilerin semavi âlemle konuşabilecekleri yanlış bir düşüncedir. Özellikle iş ilahi rehberlik almaya geldiğinde, herkes eşit derecede özel ve yeteneklidir!

Her an, her saat ve her gün melekler dualarımıza ve sorularımıza yanıtlar fısıldarlar. Tanrı bize duyduğumuz hislerin, iç sesimizin, ruhsal görümüzün, ve biliş duygumuzun içinden seslenir. Bu ilahi rehberlik kısmen O'nun mükemmel bir düzene sahip bir evren yaratmış olması olgusundan kaynaklanır. Her şey tam doğru zamanda, doğru yerde ve doğru sırayla vuku bulur. Atomlar bile birbirlerine kazayla

çarpmazlar. Her düşünce ona karşılık gelen bir tepki yaratır, ve hiçbir şey şans eseri ya da tesadüfen meydana gelmez.

O halde, bir düşünce düşündüğünüzde ya da bir his duyduğunuzda, aslında bir sonuç rica etmektesinizdir. Düşünceleriniz ister endişe ve korkular hakkında, ister en büyük umut ve arzularınız hakkında olsun, hepsi birer duadır. Mükemmel düzene sahip evren her şeyi size tam istediğiniz gibi verir. Tanrı ve melekler sizin düşüncelerinizi ve arzularınızı akıllıca seçeceğinizi umarlar. Daha da iyisi, onların ve gerçek benliğinizin sizin adınıza karar vermelerine izin vereceğinizi umarlar. Ancak yine de bu bir özgür-irade evrenidir, ve bu yüzden de bizler hata yapmakta ve kendimize ve başkalarına acı vermekte özgürüz.

İlahi rehberlik semavi âlemin bizi acıdan uzaklaştırıp huzura yönlendirme yoludur. Biz ona hangi soruyu sorarsak soralım, yanıt daima sevgi içerir. Tanrı bizi direkt olarak önerilerle, yönlendirmelerle ya da bilgiyle yanıtlar. O ayrıca bize haberciler de yollar. Bunlara melekler, Kutsal Ruh, İsa, Musa, Buda, Krişna, Muhammed gibi yükselmiş üstatlar, ve sevgili azizler de dahildir.

İlahi rehberlik daima hizmet, şifa ve gelişme üzerinde odaklanır. O asla yoksunluktan, korkudan ya da rekabetten söz etmez. Tanrı'nın bizi potansiyel felaketlerden korumaya çalıştığı anlarda bile, bu rehberlik daima yumuşak güven-tazeleyici bulutlarla sarılı bir halde gelir.

İlahi rehberlik asla korku içermez. Biz çoğunlukla onun korku verici olduğuna inanırız, ama bu onun geçerliliğine güvenmememizden kaynaklanır. Eğer siz halen Tanrı'nın işinizi, evliliğinizi, sağlığınızı ya da yaşamınızın diğer veçhelerini iyileştirici öğüdünü görmezden geliyorsanız, ilahi rehberlik korkutucu görünebilir. Bu durumda, yaşamınızın düzelmesini umutsuzca istiyor olmanıza rağmen, değişikliklerin işleri daha da kötüleştirebileceğinden korkmaktasınızdır.

Bu korkular sahte benliğinizin size mandallanma yoludur. Korkak ego'nuz eğer siz Tanrı'yı tam anlamıyla dinlerseniz artık korkmayacağınızı bilir. Oysa ego tümüyle korkudan oluşur. Böylece, eğer korkularınızı yitirirseniz, ego da mevcudiyetini yitirir. İşte bu yüzden o sizin ilahi rehberliği dinlemekten kaynaklanan iç huzurunu tatmanızı engellemek için savaşacaktır. O halde, gelin korkusuzca ilahi rehberliğe bakalım, ve sahip olmak üzere doğduğumuz yaşamı tam olarak tatmamızı engelleyebilecek korkuları ebediyen bırakıp bırakamayacağımızı görelim.

BÖLÜM 2

İlahi Rehberliğin Kaynağı: Tanrı, Melekler, ve Ruhsal Âlem

Birçok kişi bana, "Dr. Virtue, siz 'Tanrı'yı nasıl tanımlarsınız?" diye sormuştur.

"Melekler neye benzerler?"

"Ölmüş büyükannem benim koruyucu meleğim mi?"

"Herkes, kötü insanlar bile bir koruyucu meleğe sahip mi?"

Her ne zaman Tanrı ve koruyucu melekler hakkında konuşsam, bana benzer sorular sorulur. Tüm yanıtlara sahip olduğumu iddia etmemekle birlikte, onların nerede bulunduklarını, ve onlara nasıl ulaşabileceğimizi biliyorum.

Herkes Tanrı ve sèmavi âlemin doğası hakkında farklı fikirlere sahip görünüyor. Belki bu Tanrı'nın büyük plânının bir parçasıdır, ya da belki bu insanların değişik spiritüel ve dini geçmişlerden gelmelerinden kaynaklanmaktadır. Büyük olasılıkla, her ikisi de geçerlidir.

Melekler

Melekler Tanrı'dan gelen sevgi düşünceleridir. Tanrı sürekli olarak sevgi dolu düşünceler düşündüğünden, sonsuz sayıda melek vardır. Onlar huzur ve sevinç duymamıza yardımcı olmak üzere Tanrı tarafından gönderilen çok gerçek habercilerdir.

Tanrı herşeyin-içindeki-herşey'dir, ve ruhlarımız O'nun suretinde yaratılmışlardır. Tanrı herşeyi-seven, herşeyi-bilendir ve her yerdedir, ve biz de bu niteliklere sahibiz. Bizler

aslında son derece güçlü varlıklarız, ancak görünüşte güçlü olmaktan korkuyor ve kendimizi tutuyoruz. Bununla birlikte, gerçekte biz Tanrı ile bir'iz. Tanrı'dan ve diğer insanlardan ayrı olduğumuz inancı sadece bir inançtır.

Tanrı ile, herkesle ve her şeyle bir olduğumuz gerçek dünyada bizden ayrı melekler ya da insanlar yoktur. Biz şu anda o dünyada, diğerleriyle ve Tanrı'yla bir olarak yaşıyoruz. Ancak, zihnimizin bir parçası, ego uykudadır ve Tanrı' dan ayrı olma kabusunu görmektedir. Biz bu inancın tezahür ettirdiği dünyada yaşarken, Tanrı bize yardım etmek üzere sevgi düşüncelerini, melekleri yollamaktadır. Melekler nedir? Onlar Tanrı'dan gelen sevgi dolu düşüncelerdir.

Tüm düşünceler düşünce-formları yaratırlar. Siz herhangi bir şey hakkında düşündüğünüzde, bir elektriksel dürtü ya da tesir salıverirsiniz. Onun yükü (şarjı) durugörü yoluyla bir sabun köpüğü gibi görünen bir form oluşturur. Bu düşünce-formu kendisine benzeyen şeyi yaratır, tezahür ettirir ve kendisine çeker. İşte bu yüzden, "Ne istediğinize dikkat edin, çünkü büyük olasılıkla onu elde edeceksiniz," * sözü doğrudur. Düşünce-formlarımız deneyimlerimize dönüşen itaatli hizmetkârlarımızdır. Düşünce-formları istediğimiz şeyin bize yardım mı edeceğini, yoksa zarar mı vereceğini yargılamazlar. Onlar sadece, "Peki, Efendi," der, ve düşündüğümüz şeyi maddi dünyada deneyimlememize yardım ederler. Korkulu düşüncelerin forma dönüşmesi bir zaman alır. Sorunlar ortaya çıktığında, onları yaratan ilk olumsuz düşünceyi unutmuşuzdur. Oysa sevecen düşünceler, buna tezat oluşturacak bir biçimde, anında tezahür ederler.

Tanrı yüzde yüz sevgi olduğundan, O'nun tüm düşünce-formları sevecendir. Bu düşünce-formları bize gelirler, çünkü bu Tanrı'nın iradesidir. Bunlar sadece Tanrı'nın sevgisinden, ışığından ve zekâsından oluşan meleklerdir.

* Matta 28:20 (New King James Version)

Melekler Neye Benzerler?

Meleklerin çoğu Rönesans tablolarındaki tasvirlerine benzer. Onlar parlak ışıktan oluşan kanatlara ve giysilere sahiptirler. Bazı melekler cinsiyete sahip görünürken, diğerleri ne erkek ne de dişi görünürler. Minik çocuk melekler ve yedi-kadem-boyunda melekler vardır. Bazıları çok-renklidir, bazıları ise saf beyaz, mavi ya da yeşilden oluşan göz kamaştırıcı bir renktedir. Onlar ışık kıvılcımları ve parıltıları saçarlar, ki bazen melekler hareket ederken bunları görürüz.

Bununla birlikte, melekler bana bu geleneksel kanatlı ve uzun giysili görüntüye bizim için büründüklerini söylerler. Onlar şöyle derler: "*Bizim aslında uçmak için kanatlara ihtiyacımız yoktur, ve bedenimiz olmadığı için, giysiye de ihtiyaç duymayız. Biz sizin bizi tanımanıza yardımcı olmak için bu şekle bürünürüz. Eğer siz bizim tamamen farklı bir biçimde görünmemizi bekleseydiniz, o zaman biz de memnuniyetle o biçime uyardık, çünkü bizim tek arzumuz Tanrı'nın size yardım etmesine yardımcı olmaktır.*"

Böylece, melekler görüntülerini değiştirebilirler. Onlar kanatlı ve uçuşan giysili geleneksel melek görüntüsüne benzemeyi seçerler, çünkü bizim onlardan beklediğimiz budur. Bir başka deyişle, melekler onları tanımamıza yardımcı olacak bir görüntüye uyarlar. Ama, aslında onlar -bir şekle ya da forma sahip olmayan- sevgi ve ışık özüdür.

Melekler size çok büyük bir saygı duyar, ve asla sizi korkutacak bir şey yapmazlar. Eğer bir melek görmenizin sizi korkutacağını bilirlerse, hazır olana kadar kendilerini görmemenizi sağlarlar. Ancak, melekleri göremeseniz de, onlar oradadırlar.

Koruyucu Melekler

Bir melekler hiyerarşisi vardır, çünkü Tanrı'nın farklı sevgi

düşüncelerinin her biri birçok işlevi ve amacı yerine getirir. Bu insanlar için olduğu kadar melekler için de geçerlidir. Her birimiz kendimize özgü bir misyona sahibiz, ve sizin misyonunuzu sizden başka kimse yerine getiremez! Tanrı'ya en yakın olan melekler serafimler, kerubimler ve tahtlar'dır; bunların görevi bize Tanrı'nın ihtişamını ve huşu-verici sevgisini hatırlatmaktır. Sonuç olarak, bu melekler Tanrı'nın sevgi ışığıyla dolup taştıklarından en parlak ışığı yayarlar. Melekler hiyerarşisinde bir sonraki sıra hâkimiyetler, erdemler-otoriteler, kudretler, ve prenslikler'dir. Bu melekler evreni idare eder ve tüm galaksilerde Tanrı'nın iradesini yerine getirirler. Koruyucu melekler tüm canlı varlıklara en yakın olanlardır, bunları onların denetçileri olan başmelekler izler.

Gördüğüm her insanın yanında iki ya da daha fazla koruyucu melek vardır. Bu melekler doğumumuzdan ölümümüze dek bizimle birliktedirler. Melekler, Tanrı gibi, bizim hatalar yaptığımızı görürler. Bazı insanlar görünüşte korkunç hatalar yaparlar. Ama, semavi âlem hatalarımızın ötesine bakıp bizi gerçekte olduğumuz gibi, Tanrı'nın kutsal çocukları olarak görür. Melekler bu sevecen bakış açısına sahip olarak, sevgisiz görünen her şeyin ortadan kaybolacağını bilirler. Biz onlardan çok şey öğrenebiliriz!

Yapabileceğiniz, söyleyebileceğiniz ya da düşünebileceğiniz hiçbir şey sağ ve sol tarafınızdaki koruyucu meleklerin daimi durumunu değiştiremez. Bu melekler sizin yüzeysel kişiliğinizin ve beşeri hatalarınızın ötesine bakıp, sizi mükemmel bir Tanrı çocuğu olarak görürler. Koruyucu meleklerinizin size olan sevgilerinin derinliğini ve büyüklüğünü tarif etmek zordur. Melekler sevgilerinin yoğunluğunu kavramanın bir yolunun derin bir biçimde sevdiğiniz bir insanı ya da hayvanı düşünüp sonra bu duyguyu bin kat büyütmek olduğunu söylerler.

Her hayvan ve bitki de bir koruyucu meleğe sahiptir. Aslında, doğa melekleri çok şifa verici bir rehberlikte bulunurlar. İşte açık havada bulunmanın zihni temizlemesinin nedenlerinden biri de budur. Doğa melekleri sizi kuşatıp size gerçek önceliklerinizi hatırlatırlar. Siz doğadan her şeyin bir anlam ifade ettiği duygusuyla dönersiniz, çünkü minik ama güçlü öğretmenler size yardım etmişlerdir.

Meleklerle Konuşma

İnsanlar sık sık bana sadece Tanrı'yla konuşmak yerine, meleklerle de konuşmanın uygun olup olmadığını sorarlar. Bu soru Tanrı'yı gücendirme korkusundan, ya da eğer ilahi iletişime "yanlış bir biçimde" yaklaşırsak Tanrı'nın iradesini ihlal etme korkusundan kaynaklanır.

Bununla birlikte, Tanrı ve melekler bir olduğundan, ilahi iletişimde yanlış yapmak mümkün değildir. Melekler Tanrı'nın iradesini ihlal edemezler. İster direkt olarak onları çağırın, ister ricalarınızı doğrudan Tanrı'ya ifade edin, sonuç aynıdır. Ben ayrıca Tanrı'nın büyük bir mizah duygusuna sahip olduğunu, ve eğer biz hatalar yaparsak, O'nun sadece onları düzelteceğini biliyorum. O bizi cezalandırmaz. Bu bölümde daha sonra, düşmüş (cennetten kovulmuş) meleklerle ilgili endişelerden de söz edeceğim.

Bir meleği çağırmak ya da onunla konuşmak için, sadece zihninizde bir düşünce ya da soru tutun. Melekler düşüncelerimizi ve hislerimizi duyar, ve onlara anında karşılık verirler. Ya da, eğer isterseniz, onlara daha resmi bir biçimde yaklaşabilirsiniz. Örneğin, bazı insanlar meleklere yönelttikleri soruları bir kâğıda yazar, ya da yüksek sesle sorarlar. Biz uyurken ilahi rehberliğe daha açık olduğumuzdan, ben ayrıca melekleri rüyalarıma mesajlarıyla girmeye davet etmekten de hoşlanırım.

Kısa bir süre önce, Tanrı'yla mı yoksa bir melekle mi konuştuğumu nasıl ayırt edebileceğim konusunda ilahi rehberlik istedim ve şu yanıtı aldım:

Y: *Bizim aramızda hiçbir fark yoktur. Biz hepimiz Tanrı'nın zihninden ve kalbinden konuşan tek bir sesiz.*

S: "Biz" dediğinize göre, konuşanın bir melek olduğunu varsayıyorum.

Y: *Evet, öyledir.*

S: Ve ben aynı zamanda Tanrı ile mi konuşuyorum?

Y: *Elbette. Dediğimiz gibi, bizim aramızda bir fark yoktur.*

S: Ama, ya eğer ben sadece Tanrı ile, yani bire-bir konuşmak istiyorsam?

Y: *O zaman bu olmuştur.*

S: Konuştuğum Tanrı mıdır?

Y: *Evet, Ben senin konuştuğunum, sevgili kızım.*

Tanrı ve melekler her yerde ve her an hazır olduklarından, onlar herkesle aynı anda kişisel konuşmalar yapabilirler. Her ne zaman size yaşamınızı iyileştirmenizi söyleyen güçlü bir izlenim alırsanız, bu ilahi rehberliktir. Her ne zaman bir şeye, birine ya da kendinize daha iyi bakmanızın zamanının geldiği yönünde içsel bir his duyarsanız, bu rehberliğin kaynağı Tanrı'dır. Her ne zaman dünyaya hizmet etmek için bir dürtü duyarsanız, bu arzu semavi âlemden gelmiştir.

"Düşmüş Melekler"

Bana sık sık düşmüş melekler ve onlardan nasıl uzak durabileceğimiz hakkında sorular sorulur. Karanlık bir perspektiften iş gören herhangi bir varlık daima korku, rekabet, yoksunluk ve yıkımdan söz edecektir. Buna tam tezat bir biçim-

de, Tanrı'nın ışığıyla dolu melekler daima sevgi, yardım, başkalarına hizmet, bağışlama ve benzeri değerlerden söz edecektir. Böylece, ister bir melekle, ister bir başka kişiyle, ister kendinizle konuşuyor olun, sevecen rehberliği korkuverici rehberlikten ayıran bu anahtar özellikleri arayın. Örneğin, sevecen rehberlik daima olumlu, ilham verici ve herkesin kazançlı çıktığı tema'ları tezahür ettirendir. Eğer *herhangi birinden* fesatçı, saldırgan, eleştirel, yargılayıcı ya da korkuya-dayalı bir rehberlik alırsanız, onu dinlemeyin.

Yeni Melekler İstemek

Tanrı sürekli olarak sevgiyi düşündüğünden ve dolayısıyla onunla ilgili düşünce-formları yarattığından evrende milyarlarca melek vardır. Siz istediğiniz kadar çok meleğin sizi kuşatmasını talep edebilirsiniz. Sizi bir sürü meleğin kuşatmasının bazı yararları vardır, çünkü böylece onlar bir "sevgi yastığı" yaratırlar. Meleklerin sevgi ve ışığı harikulade ve mucizevi olayları çeker, başkalarını size sevgi ve şefkatle davranmaya sevk eder, ve ego-bilincindeki insanları sizden uzaklaştırır. Ayrıca çocuklarınızı ve diğer sevdiklerinizi de meleklerle kuşatabilir, ve meleklerden evinizi, iş yerinizi, arabanızı ya da bindiğiniz uçağı kuşatmalarını isteyebilirsiniz.

Evrende sayısız melek bulunduğundan, istediğiniz kadar çok melek talep edebilirsiniz. Melekler Tanrı'nın iradesini ihlal edemeyeceklerinden, onlardan sizin yanınıza ya da sevdiğiniz bir insanın yanına gelmelerini istemekte bir sakınca yoktur.

Çevrenizde bir sürü melek bulunuyorken, onların yüksek sesli ilahi rehberlik korosunu işitmek biraz daha kolaydır. Ben bir konuşma ya da şifa seansı yapmadan önce, çalışırken ilahi rehberliği berrak bir biçimde alabilmek için ye-

ni melekleri davet ederim.

Melekleri yanınıza çağırmak için resmi bir dua ya da niyaza ihtiyacınız yoktur. Sadece, "Melekler, lütfen beni kuşatın," diye düşünün, ve onlar bunu yapacaklardır. Bu ricanızı doğrudan Tanrı'ya ya da meleklere yapabilirsiniz. Her iki şekilde de, semavi âlem mesajınıza anında karşılık verir ve melekleri size rehberlik yapmaları, sizi sevmeleri ve şifalandırmaları için gönderir.

İki koruyucu meleğiniz daima sizinle birliktedir. Diğerleri ise onlara ihtiyaç duyduğunuzda gelir ve sonra giderler.

Yükselmiş Üstatlar

Bu kitapta sunulan yöntemler ruhsal âlemdeki büyük öğretmenler ve şifacılarla berrak bir biçimde iletişim kurmanıza yardımcı olacaktır. Bir zamanlar dünyada yaşamış olan bu öğretmenler şimdi semavi bir boyuta yükselmiş, oradan kendilerine ihtiyaç duyan herkese yardım edebilmektedirler. Her ne zaman çağrıda bulunursanız, onlar sevgi, rehberlik ve yanıtlar için hazırdırlar.

Tanrı'nın ve insanlığın özverili hizmetkârları olan bu yükselmiş üstatlar kendilerini bizim ego özelliklerini aşmamıza yardıma adamışlardır ki biz de onların dünyada yaşarken örneğini oluşturdukları huzur ve barışa erişebilelim. Onlar en iyi halimize erişmemize yardımcı olan ebedi öğretmenler ve rol modelleri olarak hizmet ederler.

En ünlü yükselmiş üstatlar İsa, Buda, Musa, Krişna ve Muhammed'dir. Bize yardım etmek isteyen diğer semavi öğretmenler arasında Meryem Ana, Serapis Bey (Luksor'da yaşamış bir Mısırlı ruhsal öğretmen), Konfüçyüs, Kuan Yin, Kral Davud, Yogananda, Avilalı Azize Theresa, Assisili Aziz Fransis (şimdi takipçileri tarafından Kuthumi olarak bilin-

mektedir), ve St. Germain'i sayabiliriz.

Tanrı ve melekler gibi, yükselmiş üstatlar da özgür irademizi asla ihlal etmezler. Onlar bizim kendilerini çağırmamızı bekler ve çağırdığımız anda da yanımızda yer alırlar. İsa'nın, "Ben daima sizinleyim" diye söz verdiği gibi, yükselmiş üstatlar aynı anda kendilerini çağıran herkesle birlikte olma yeteneğine sahiptirler.

Aşırı tutucu bir Hristiyan olarak yetiştirilmiş bazı müşterilerim ve öğrencilerim iş yükselmiş üstatlarla konuşmaya geldiğinde "kuralları bozmaktan" korkarlar. Ve bu korkularını desteklemek üzere *İncil*'den, "insanın ruh dünyasında Tanrı ve İsa'dan başka kimseyle konuşmaması gerektiğiyle" ilgili alıntılar yaparlar. Ben tüm inançlara saygı duyar, ve bu konuda kalbimizin sesini dinlememiz gerektiğine inanırım. Eğer siz sadece Tanrı ve İsa ile konuşmak istediğinizi hissediyorsanız, o zaman sanırım yapmanız gereken de budur. Onu bu kutsal hedefe ulaştıran yol her ne olursa olsun, insanın Tanrı ile daha yakın bir teması arzulaması harika bir şeydir. Ben inançlarımı asla bir başka insana empoze etmem. Aşırı tutucu Hristiyan müşterilerim ve öğrencilerim de aynı şeyi yapıp, farklı inançlara sahip olanları yargılamadan kendi inançlarını izlediklerinde, bundan daima şükran duyarım.

Avatarlar

Yükselmiş üstatlar dışında, "avatar" olarak bilinen ve bize ilahi rehberlik konusunda yardım etmeye hazır olan bazı yaşayan üstatlar da vardır. Bu insanların ruhsal farkındalıkları o kadar yükselmiştir ki, onlar yeryüzünde yaşayan melekler gibidir. Birçok avatar bu gezegene bize yardım etmek amacıyla gelmiş, ve zamanını insanlığa adarken kendi fiziksel rahatlığından vazgeçmiştir.

Yaşayan avatarlar arasında en ünlüsü Sai Baba'dır. Sai Baba nesneleri tezahür ettirmeyi, oradan oraya aktarmayı öğrenmiş, ve bilincimizdeki maddi illüzyonları aşmaktan kaynaklanan diğer hünerleri göstermiştir. Sai Baba dünyaya ve insanlara büyük bir ilgi ve şefkat duyar, ve kendisini çağıran herkese her an yardıma hazırdır. Bu kitapta sunulan yöntemler -özellikle gezegenimizin sağlığı ve esenliği gibi meseleler hakkında- Sai Baba ile temas kurmanıza yardımcı olacaktır.

Ölmüş Sevdiklerimiz ve Rehber Ruhlar

Ölmüş sevdiklerimizle yalnızca özel bir yeteneğe sahip kişilerin iletişim kurabilecekleri düşüncesi yanlıştır. Siz de, herkes gibi, şu anda bu yeteneğe sahipsiniz. Belki yitirdiğiniz bir yakınınızla temas kurup ona bir soru sormak ya da onunla aranızdaki eski, çözümlenmeden kalmış bir meseleyi şimdi halletmek isteyebilirsiniz. Ruh dünyasındaki sevdiklerinizle haberleşmek için ilahi iletişim yöntemlerini kullanabilirsiniz.

Ölmüş sevdiklerimiz, çoğunlukla, bizi sevgiyle kuşatıp kulaklarımıza yol gösterici sözler fısıldayan koruyucu bir melek gibi davranırlar. Böyle birine "rehber ruh" denir. Siz en az bir rehber ruha sahipsinizdir, ve o doğduğunuz andan son nefesinizi vereceğiniz ana kadar sizinle birlikte bulunur. Genelde, bu varlık -siz doğmadan yıllar önce ölmüş olan bir büyük-büyükbaba gibi- bir yakınınızdır. Rehber ruhunuz diğer yaşamlarınızda birlikte olduğunuz bir kişi de olabilir.

Rehber ruhlar özgür iradenize ya da ruhsal gelişim derslerinize müdahale etmeden size nasıl yardım edeceklerini bilirler. Dolayısıyla, bir rehber ruh asla sizin yerinize bir karar vermez. Onlar, farklı seçeneklerinizi görmenize yardımcı olur ve sonra sizi sevgi ve şefkate dayalı kararlar ver-

meniz yönünde dürterler. Siz hatalar yapsanız bile rehber ruhunuz sizi koşulsuz bir biçimde sever. Aykırı kişilik ya da davranış özelliklerinize rağmen, o sizin gerçek iyilik özünüzü görür. Sevecen bir özel öğretmen gibi, rehber ruhunuz, yumuşak bir biçimde, sizi kendinize ve başkalarına saygıyla davranmaya teşvik eder.

Kısa bir süre önce yitirdiğiniz sevdikleriniz mesajlar vermek üzere size gelebilir ya da rüyalarınıza girebilirler. Ancak bunlar rehber ruh ya da koruyucu melek değildir, çünkü bu işe *sürekli olarak* tayin edilmemişlerdir. Rehber ruhlar ve koruyucu melekler doğumumuzdan semavi âleme geçişimize kadar bizimle birlikte olurlar. Yeni ölmüş kişiler ise henüz rehber ruh olarak atanmaları için gerekli eğitimden geçmemişlerdir. Rehber ruhluk dünya-ötesi katta epey eğitim ve terbiyeyi gerektiren saygıdeğer bir roldür. Kısa bir süre önce ölmüş olanlar ise çoğunlukla, bunun yaşayan insanın özgür iradesine müdahale olacağını bilmeden o insana öğüt verme ya da etkilemeye çalışma eğilimi gösterirler.

Kısa bir süre önce ölmüş olan bir sevdiğiniz size, bir rehber ruhun yapacağına kıyasla, daha güçlü, daha belirli öğütler verecektir. O özgür iradenize müdahale ya da sizin adınıza karar verme konusunda henüz gerekli bilgeliğe ve anlayışa sahip değildir. İşte bu yüzden ölmüş bir insanın bir rehber ruh rolü üstlenmeye hazır olabilmesi genelde bir hayli zaman -örneğin bir kuşak- alır. Genelde ana-babalar yerine büyükanne ve büyükbabaların rehber ruh olmalarının bir nedeni de budur. Büyük anne ve babalar ruhsal âlemde uzun zaman eğitim almaları sayesinde bu işi üstlenebilirler.

Dolayısıyla, kısa bir süre önce ölmüş bir sevdiğinizin öğüdünü kabul etmeden önce Tanrı'ya size yol göstermesi için dua etmek iyi bir fikirdir. Bu insan iyi niyetlidir, ve biz de bazen, insanlar öldüklerinde hemen tüm bilgeliğe erişebilecekleri şeklinde yanlış bir inanca kapılabiliriz. Oysa in-

san öldüğünde evrenin tüm bilgeliğine *nasıl* erişebileceğini otomatik olarak bilmez. Bu beceri hem dünya katında hem de yaşam-sonrası katta eğitim gerektirir. Gerçek şu ki ego' muz yaşam-sonrası kata da bizimle birlikte geçer, ve böylece eğitim görmemiş ruhlar, sevecen ve iyi niyetli olsalar da, çoğu kez kendi ego'larından öğütler verirler. Bu durumda bizim Tanrı'dan rehberlik istememiz, ayırt etme gücümüzü kullanmamız ve sadece bize doğru gelen öğüdü yerine getirmemiz gerekir.

Ancak bu arada, kısa bir süre önce ölmüş yakınların sadece ilahi olarak tanımlanabilecek bir rehberlikte bulunduklarını da gördüm.

MARNA

Merkezî California'da haber spikerliği yapan Marna Davis bir arkadaşını arabasıyla Los Angeles Uluslararası Havaalanı'nın yolcu kısmına götürmüştü. Arabasının kontak anahtarını yuvasından çıkarıp onunla bagajı açtı ve bavulları dışarı çıkardı. Arkadaşını kucaklayarak vedalaştı, ve sonra anahtarı bagaj kilidinden çekti, ama anahtar sıkışmıştı!

Marna anahtarı -en sonunda kilitten kurtulana dek- büktü. Ancak, bükme eylemi onu o kadar eğmişti ki anahtar bu kez de ateşleme tertibatına girmiyordu. Marna paniğe kapıldı. Arkasından bir araba ilerlemesi için korna çalıyordu ve havaalanı polisi ona doğru bakıyordu. Marna bu işlek havaalanından nasıl çıkacaktı?

Marna hemen ölmüş annesini yardıma çağırdı. Ne de olsa, annesi ona başka durumlarda da yardım etmişti. Marna, "Annecim, lütfen bana yardım et!" diye düşünür düşünmez, o anda durubiliş yoluyla bir yanıt aldı. Kafasında beliren düşünce ona, "Arabanın anahtarını ağzına al ve dişlerinle düzelt," diyordu. Marna hiç duraksamadan bu düşünceye uydu ve anahtar birkaç saniye içinde düzeldi. Marna anahtarı

ateşleme tertibatına sokup arabayı çalıştırdı ve uzaklaşırken yüksek sesle, "Teşekkürler Anne. Sen bir meleksin!" dedi.

Geçenlerde telefonda yaptığımız bir danışma seansında da müşterim Kimberly'nin ölmüş büyükannesi ona açık ve direkt bir biçimde yol göstermişti.

KİMBERLY

Telefonda seans yaparken melekleri bana Kimberly'nin erkek arkadaşının ona zarar verdiğinden söz etmeye başladılar. Kimberly'ye, "Onlar erkek arkadaşının gerçekten sallantılı ruh halleri yaşadığını söylüyorlar," dedim. "O bazen çok tatlı olabiliyormuş, ve sen bu yüzden onunla kalıyormuşsun. Ama, diğer zamanlarda o sana acımasızca davranıyormuş. Sen onun bu davranışlarını bırakacağını ve daima iyi olacağını düşünüyormuşsun. Ama, melekler bunun yakında gerçekleşmesinin pek mümkün olmadığını söylüyorlar."

Kimberly meleklerinin söylediklerinin doğru olduğunu açıkladı. Daha seans başlar başlamaz onların bana bu bilgiyi vermelerine çok şaşırdığını da belirtti. Sonra şöyle ekledi: "Meleklerin bana onu kesinlikle terk etmemi söylemelerini isterdim. Onu kendiliğimden terk edecek cesarete sahip olduğumu sanmıyorum. Ama eğer birisi bana, 'Kim, onu şimdi terk etmelisin,' dese, eminim bunu yapabilirdim."

"Melekler sana ne yapacağını söyleyemeyeceklerini bildiriyorlar, Kimberly" diye yanıtladım onu. Tam o sırada, durugörü yoluyla, Kimberly'nin sol omuzunun üzerinde beliren bir kadın gördüm. Müşterilerimle ölmüş yakınlarının ilişkilerini tanımlamama yardımcı olan durusezi deneyimleriyle geçen uzun yıllardan sonra, bunun Kimberly'nin ölmüş anneannesi olduğunu söyleyebilirdim. Kadın sağ yumruğunu havaya kaldırıp kendine has bir tavırla, "Pekâlâ, ben Kimberly'ye ondan ayrılmasını söylüyorum!" dedi. Anneannenin

öğüdü öfke dolu olduğundan onun bir rehber ruh olmadığını hemen anladım. Rehber ruhlar ve melekler güçlü öğütlerde bulunabilir, ama bunu asla korku ya da öfkeyle yapmazlar.

Kimberly anneannesi ona yardım etmek istediği için mutlu olmuştu. Kendisine, hayatı tehlikeye girmedikçe gerçek rehber ruhunun ve meleklerinin onun kişisel yaşamına müdahale etmeyeceklerini açıkladım. Onlar sadece, Kimberly'yi kendi kararını verebilmek amacıyla zarar verici ilişkisine daha yakından bakması için yumuşak bir biçimde dürterlerdi. Tanrı ve melekler yaşamımızın sorumluluğunu üstlenmemizin ve kendi kararlarımızı vermemizin büyük bir kişisel gelişim sağladığını bilirler.

Öte yandan, kısa bir süre önce ölmüş olan sevdiklerimiz, genelde, bizim adımıza karar vererek bize iyilik ettiklerine inanırlar. Onlar, çoğunlukla, yaşarken bizim için yeterince şey yapmamalarından kaynaklanan bir suçluluk duygusu yüzünden müdahale ederler. Aynı şekilde, Kimberly'nin anneannesi de bana güçlü kanısını ifade eden sözler ve vizyonlar yağdırıyordu. "O bana erkek arkadaşının boğazını sıktığını gösteriyor," dedim Kimberly'ye.

"Bu gerçekten anneannem!" dedi Kimberly, heyecanla. Ve sonra anneannesinin açık sözlülüğünü çok takdir ettiğini, ve zarar verici ilişkisini bitirmek için ihtiyaç duyduğu şeyin de tam bu kesin tavır olduğunu söyledi.

Böylece -bu ister eşiniz, ister bir arkadaşınız, ya da ruhlar âleminden herhangi biri olsun- birisinden rehberlik kabul ederken son yargıç ve jüri olarak yüksek benliğinizin bilgeliğine başvurmanız gereklidir. Eğer verilen öğüt sevecen ve destekleyici ise ve size doğru geliyorsa, o zaman ona uygun davranmak isteyebilirsiniz. Ama, size doğru gelmeyen ya da olumsuz gelen bir rehberlikten kaçınmak en iyisidir.

Tüm bu konuşmanın mutlu sonucu *sizin yalnız olmadı-*

ğınızdır. Siz melekler, ruhsal âlemden sevecen varlıklar, rehber ruhlar, ve elbette Tanrı tarafından kuşatılmış bulunuyorsunuz.

Tanrı nerededir? Sizin içiniz de dahil olmak üzere her yerde. Tanrı nedir? Sevgi, saf sevgi. Tanrı'yla nasıl temas kurabilirsiniz? Sadece, O'na yüreğinizden hitap edin. Size, nerede, ne yapıyor -ve ne yapmış- olursanız olun O'nun sizi hemen yanıtlayacağına dair güvence veririm.

Siz Tanrı'nın değerli, kutsal çocuğusunuz ve O sizi hayal edilemeyecek kadar çok sevmektedir. *Mucizeler Kursu*'nda denildiği gibi, "Huzurunuzu hiçbir şeyin bozmadığı, sevildiğinizden ve güvende olduğunuzdan emin olduğunuz bir zamanı, belki bir anı hatırlamaya çalışın. Ardından, o anın sonsuza dek uzamasının nasıl bir şey olacağını hayal etmeye çalışın. Sonra bırakın hissettiğiniz bu huzur duygusu yüz kat, bin kat çoğalsın." *

Kurs'a ve benim deneyimlerime göre, bu his bizim Tanrı'dan mirasımız olan huzur ve sevginin sadece zayıf bir imasıdır. Tüm ilahi rehberlik bu sevgiden gelir.

---

* Foundation for Inner Peace, *A Course in Miracles,* Workbook for Students (Glen Allen, CA), ders 107, parag. 2.

BÖLÜM 3

İlahi Rehberliğe Açılma: Tanrı'yla İlişkimizi Şifalandırma

Birçoğumuz Tanrı'yı bizden çok uzakta bulunan çok yaşlı bir adam olarak görürüz. Noel Baba gibi, Tanrı bizim işlerimizi ölçüp karşılığında ödüller ya da cezalar veren biri olarak görülür. Siz Tanrı'yı keyfince davranan, tutarsız biri olarak da görebilirsiniz, size hak ettiğiniz şeyi veren biri olarak da.

Tanrı'ya bu şekilde baktığımızda, O'nun nasıl olup da bizi işitip bizimle iletişim kurabileceğini anlayamayız. Biz zaman, yer, uzaklık fikirlerimizi O'na projekte edip: "Yardım dileyen bu kadar çok insanın gürültüsünün arasında nasıl olur da O beni duyabilir?" diye sorarız. Tanrı'nın, ilgisine muhtaç herkesle nasıl ilgilenebildiğini merak ederiz.

Batının geleneksel Tanrı görüşüne "dualizm" (ikilik) denir. Bir başka deyişle, bu felsefeye inananlar insanları ve Tanrı'yı birbirinden ayrı olarak görürler. Onlara göre, Tanrı bir yerdedir, insanlar bir başka yerde.

O halde, bu dualistik görüşü benimseyenlerin ilahi rehberliğin doğal, normal ve aralıksız devam eden bir şey olduğunu kabullenmekte zorlanmalarına hiç şaşmamalı! Ama Tanrı'ya ve O'nun iletişimlerine bakmanın bir başka yolu da vardır.

Eğer Tanrı herşeydeki-herşey ise, O her yerdedir. Ve bu "her yer" bedensel hücrelerimizi, zihinlerimizi ve yüreklerimizi de içerir. Eğer Tanrı her yerde ve her zaman hazır ise, O aynı anda herkesle birlikte olabilir. O hiçbirimizi feda etmeden tüm çocuklarıyla aynı anda ilgilenebilir.

"Eğer Tanrı size uzak görünüyorsa, bilin bakalım kim

uzaklaşmış?" diyen eski bir deyiş vardır. Tanrı'nın rehberliğini duyamamamızın nedeni bizim O'ndan uzaklaşmış olmamızdır. Ancak, biz ebediyen Tanrı'ya bağlı olduğumuzdan, O'nu gerçekten terk edemeyiz. Ve Tanrı'yla ilişkimizi şifalandırarak ilahi rehberlik kanallarımızı açarız.

İnsanın Tanrı'yla ilişkisinin şifalandırılmaya muhtaç olduğunun işaretleri nelerdir? İlk işaret ilahi rehberliği görmezden gelmek olabilir.

İlahi Rehberliği Görmezden Gelmek

Seminerlerimde, insanlar sık sık gerçek ilahi rehberliği nasıl aldıklarını ve görmezden geldiklerini anlatırlar. Bir kadın bir tiyatroda oyun izlerken hemen eve gitmesini söyleyen bir ses duymuştu. Ancak o bu sesi önemsememiş, ve daha sonra, çıkan bir yangının evinin büyük bölümünü harap ettiğini görmüştü.

"O günden beri, bir daha asla Tanrı'dan ya da meleklerden bir mesaj almadım," dedi bu kadın bana. "Onların, kendilerini dinlemem gerektiğinde dinlemediğim için sessizleştiklerini biliyorum." Birçok kişi, bu kadın gibi, zamanında kulak verip gereğini yapmadığı için ilahi iletişimin artık kendisinden esirgendiğine inanır.

Oysa semavi âlem bizimle konuşmaya asla son veremez. Biz ebediyen bir'ken bunu nasıl yapabilir ki? Tanrı'nın rehberliğini esirgediği ya da sadece seçilmiş az sayıda insana verdiği inancı dualistik görüşten kaynaklanır. Daha önce de belirttiğim gibi, bu inanç sisteminde, biz Tanrı'yı bizden milyonlarca mil uzaktan bize hükmetmekte olarak görürüz.

Tanrı'nın bizden ayrı olduğuna inananlar bazen ilahi iletişimin sürekli olduğu fikriyle mücadele ederler. Onlar, "Nasıl olur da Tanrı herkesle her türlü şey hakkında aynı anda konuşabilir?" diye düşünürler. Oysa Tanrı evrendeki

tek zihindir, ve böylece bizim zihinlerimizin de O'nunkiyle bir olması gerekir.

Ben gerçekten metafiziksel bir aile ortamında yetişmiş olmama rağmen, yıllar boyunca bu kavramı sadece aklen kabul ettim. Her şeyin ve herkesin birbirine bağlı olması bana mantıklı geliyordu. Tanrı *her yerde* olduğuna göre, dolayısıyla O'nun benim, ve evrendeki tüm canlıların ve cansız nesnelerin içinde olduğunu anlıyordum. Bir başka deyişle, hepimiz Tanrı ile bir'dik.

Ancak, duygusal düzeyde, hâlâ Tanrı'nın benden çok uzakta olduğuna inanıyordum. O'nu keyfince davranan, seçilmiş şanslı kişilere iyilik yapan yaşlı bir adam olarak görüyor, ve eğer O'nu dinlersem benden sofu bir yaşam sürmemi isteyeceğinden kuşkulanıyordum.

İlahi rehberlik yerine ego'mu dinlediğim bir olay harika bir sonuçla, benim Tanrı'yla olan ilişkimi şifalandırmamla sonuçlandı.

Bir Cumartesi öğleden sonra komşu kasabadaki bir kilisede gerçekleşecek bir randevuya gitmek üzere giyinirken, sağ kulağımın dışında bir ses açıkça, "Doreen, arabanın üstünü kapatsan iyi olur, yoksa o çalınabilir," dedi. Bu meleksi ses beni şaşırtmıştı, ama randevuma zaten geç kalmıştım ve söylenen şeyi yapmaya vakit ayıramayacak kadar büyük bir acele içindeydim.

"O halde Grant'den bunu yapmasını iste," diye meleğin sesi ısrar etti. Ama, benim oğlumdan bunu yapmasını isteyecek kadar bile vaktim yoktu, böylece zihinsel olarak bu sese karşı çıktım. Oysa sezgisel olarak, arabamın siyah brandaüstü kapalıyken göze çarpmadığını, ama üstü açıkken, beyaz kaportası ve döşemesiyle bir araba hırsızının dikkatini çekebileceğini biliyordum. Yine de, randevuma daha fazla gecikmeme arzum bu sese ve uyarısına üstün geldi. Ancak, bir saat sonra kilisenin park yerine girip, aceleyle arabadan in-

diğim sırada, karşımda beliren silahlı bir adam benden arabanın anahtarlarını ve cüzdanımı istedi! Allahtan, beni uyarmış olan melek hâlâ benimle birlikteydi. Var gücümle bağırmamı söyleyen iç sesimi dinledim. Çığlığım arabasında oturan bir kadının dikkatini çekti, ve kadın kornaya basmaya başladı. Kilisedeki insanlar gürültünün nedenini anlamak için dışarı fırladılar, bu da adamın ve suç ortağının aceleyle arabalarına binip oradan kaçmalarına neden oldu.

Bu olaydan önce, içgüdülerimi izlemekten kaynaklanan küçük mucizeler yaşamıştım. Daha önce de belirttiğim gibi, ilahi rehberlik beni bir şifacı ve yazar olmaya yönlendirmişti. Ancak bu başarılara rağmen, sezgime asla tam olarak güvenmemiştim. Onun doğruluğu tamamen güvenilemeyecek kadar rastlantısal görünüyordu. Bazen başarıya götürmesi kesin görünen bir sezgiyi izliyor, ve sonra bir başarısızlık ve düş kırıklığı duvarına tosluyordum. Böylece yavaş yavaş, sezgime kulak vermeyi bırakmıştım.

Arabamla yaşadığım olay bana ilahi rehberliği izlemenin önemini hatırlattı. O ayrıca bana semavi âlemin bizi koruyup gözettiğini ve başımız derde girdiğinde, özellikle hayatımız tehlikedeyken bize yardım etmeye gönüllü olacağını öğretti.

Ölümle bu kısa karşılaşmadan sonra, sezgiyi ve ruhsal iletişimi araştırmaya karar verdim, ve bir ses işitmeye "duruişiti" ya da "berrak işitme" dendiğini öğrendim. Ve beni yaklaşan tehlikeye karşı uyaran bir meleğin sesini işittiğim sonucuna vardım. Onun sekiz yaşındayken bana hayatımın misyonunun ne olacağını söyleyen aynı ses olduğunu fark ettim. İlahi rehberlik ayrıca görsel imgeler (durugörü), önseziler ve içgüdüler (durusezi), ve ani bir içsel biliş (durubiliş) olarak da gelebilir. Hepimiz doğal olarak hem birincil hem de ikincil bir alıcı kanala sahibizdir. Bu konu Üçüncü Kısım' da daha ayrıntılı bir biçimde ele alınacaktır.

Doğru rehberliği ego'muzun sesinden ya da hayal gücümüzün ürünlerinden ayırabilmek için ilahi rehberliği doğru biçimde tanımlamanın yollarını araştırdım. *İncil*'i, *Mucizeler Kursu*'nu, ve kadim spiritüel metinleri incelemeye daldım. Psişik gelişme ve medyumluk kurslarına katıldım, ve Rosemary Altea ve Dannion Brinkley de dahil olmak üzere düzinelerce ruhsal iletişimciyle görüşme yaptım.

Ayrıca telepatinin varlığının istatistiksel kanıtını gösteren bilimsel araştırmaları inceledim. Geçen on yıl içinde, dünyanın birçok köşesindeki bilim adamları (başlangıçta psişik fenomenleri çürütmeye çalışan kuşkucu araştırmacılar da dahil olmak üzere) Duyu Dışı Algılama ve telepatinin varlığının gerçekliğini kanıtlamışlardı.

Art arda yapılan on-bir iyi-tasarlanmış deneyde, Cornell Üniversitesi bilim adamları telepatinin herkesin doğal olarak sahip olduğu gerçek bir beceri olduğu sonucuna vardılar.* 1996'da Nevada** ve Japonya'daki*** üniversite laboratuvarları bir başka süje onlar hakkında sevgi ya da nefret dolu düşünceler düşündüğü anda süjelerin kan basınçlarının ve kalp atış hızlarının yavaşladığını ya da hızlandığını keşfettiler. Bilim adamları bunun neden biz bir insanı düşündükten kısa bir süre sonra onun bizi aradığını da açıklayabileceğine inanıyorlar.

---

* Daryl J. Bern ve Charles Honorton, "Does psi exist? Replicable evidence for an anomalous process of information transfer," *Psychological Bulletin.* 115 (1994) 4-18.

"Scientists Peer into the minds' Psi," *Science News* 145, no. s (29 Ocak 1994): 68.

** Dean I. Radin, "Silent Shockwaves: Evidence for presentiment of emotional futures," *European Journal of Parapsychology* 12 (1996)

D. I. Radin, R. D. Taylor ve W. Braud, "Remote mental influence of human electrodermal activity: A pilot replication," *European Journal of Parapsychology* 11 (199519-34.

*** Hirasawam, M. Yamamoto, K. Kawanı, ve A. Furukawa. "An experiment on extrasensory information transfer witp electroencephalogram measurement," *Journal of International Society of Life Information Science* 14 (1996) 43-48.

İlgi uyandıracak biçimde, Ohio Devlet Üniversitesi'nden Dr. William MacDonald dua eden insanların en yüksek sayıda gerçekliği kanıtlanabilir telepati deneyimi yaşadıklarını keşfetti. Dr. MacDonald* bulgusunu duanın, bir anlamda, "Tanrı ile zihinden-zihine iletişim" olduğunu söyleyerek açıklıyor.

Deneyimlerim ve araştırmam benim kuşku ve umut karışımı bir halden, ilahi iletişimin doğal ve yararlı olduğunu *bildiğim* bir hale geçmeme yardımcı oldu. Annelik, sağlık, mesleğim ve araba kullanırken gitmem gereken yön gibi konularda düzenli bir biçimde rehberlik isteme alışkanlığını geliştirdim.

Tanrı'nın her ricamı yanıtladığını tam olarak bilmeme rağmen O'nun benim en yüksek çıkarlarımı gözettiğine tam olarak inanmıyordum. Ego'm Tanrı'ya hâlâ kuşkuyla bakıyordu, ve ben hâlâ onun sesini dinleme eğilimindeydim. Her ne zaman ego'mu dinlesem, "Tanrı benim başarı ve güvenlik için duyduğum arzuları da yok edecek mi?" diye merak ediyordum. Eğer ilahi rehberliği gerçekten izlersem, harekete geçirici enerjimin düşeceğini düşünüyordum. Tanrı'nın beni yaşam tarzımdan fedakârlık yapmam yönünde etkileyip, sıradan bir yaşama yönlendireceğini hayal ediyordum. Tanrı'nın iradesi ile benim irademin birbirinden çok uzak olduğuna inanıyordum.

Bir akşam bir arkadaşım ile bir kitapçıda alışveriş ederken, ona başka yazarların kitaplarının benim kitaplarımdan daha çok dikkat çektiğini görünce canımın ne kadar sıkıldığını söyledim. Bu his açıkça, tüm ego'lar gibi, herkese yetecek kadar olduğuna inanmayan ego'mdan kaynaklanıyordu. Böylece, ego tüm rekabet ve kıskançlık duygularının kökenidir.

* William L. MacDonald, "The effects of religiosity and structural strain on reported paranormal experiences," *Journal for the Scientific Study of Religion* 34 (1995) 366-76.

Arkadaşıma, benimkine benzer düzinelerce kitabın kapakları koridora bakacak şekilde sergilendiği "Yeni Çıkan Kitaplar" bölümünü işaret ettim. Benim kitaplarım ise dükkânın arka tarafında, kitapların sadece sırtlarının göründüğü bölüme konmuştu. Hâlâ ego'mun sesini dinleyerek, arkadaşıma bu durumun haksızlığından yakındım.

Arkadaşım ise oldukça masum bir ifadeyle bana bakıp, "Belki de Tanrı böyle istemiştir," dedi. Bu sözler üzerine beni bir anda ter bastı. Aynı anda hem midemin bulandığını hem de gözlerimin dolduğunu hissettim, ve "Lütfen, buradan hemen çıkalım," dedim. Arkadaşım ne olduğunu sordu, ama ben konuşamayacak kadar üzgündüm.

Eve gidince, kendimi yüzüstü yatağa atıp Tanrı'ya benim kariyerimi umursamadığı için bağırdım. Hüngür hüngür ağlayarak, O'nun evrenini terk edip, beni kontrol edemeyeceği bir yere gideceğimi söyledim. Bunu o anda gerçekten istiyordum. Tanrı'nın sıkı çalışmamı ve hedeflerimi görmezden gelmesinden bıkıp usanmıştım. O'nun beni ihmal ederken diğer yazarlara yardım etmesinin ne kadar büyük bir haksızlık olduğuna ağlayıp durdum. O neden diğerlerini daha çok seviyordu? Ben o kadar kötü biri miydim? Yoksa bu bir tür sınav mıydı? O'nun, "Bak, bu başarısızlık senin hayrınadır, Doreen," dediğini hayal ettim

Ağlarken, Tanrı'nın etki alanından nasıl çıkabileceğimi düşündüm. Ancak ne düşünürsem düşüneyim, O'nun daima benimle birlikte olacağını fark ettim. Ben ölsem ya da komaya girsem bile Tanrı ve O'nun iradesi benimkiyle üst üste gelecekti. Bu idrakle, hızlı hızlı soludum ve bu konuda artık ağlayamayacak kadar meraklandığımı fark ettim.

Sonra her şeyi anladım. Tanrı ve O'nun iradesi her yerde ve her zaman hazır olduğundan, bu Tanrı'nın iradesiyle benim irademin bir ve aynı olduğu anlamına geliyordu. "Tanrı'nın iradesi ve benim iradem bir!" dedim soluğum kesilerek.

O zaman sırtımdaki ve başımdaki gerilim ve sıkıntı kalktı, ve yeni bir özgürlük duygusu hissettim. Tanrı'nın beni aşağıya çekmeye çalışmadığını kavradım, çünkü O'nun iradesi benim irademden asla ayrı olamazdı. Gerçek "Ben" ne istiyorsa, Tanrı da benim için onu istiyordu. Ego'mun iradesi, hayali bir kaynaktan olduğundan, Tanrı'nın iradesinden farklı olan tek şeydi. Ama, ego'm sadece acı verici şeyler istediğinden ve doyum vermeyen anlamsız hedefleri arzuladığından, bu irade benim gerçek irademdeğildi.

Ego'mun dibe vurduğu o geceden sonra tüm bakış açım çarpıcı bir biçimde değişti. Artık içimde başkalarına karşı rekabet ya da kıskançlık duyguları ortaya çıkmıyor. Onun yerine, her ne zaman birilerinin dünyanın ışığına ve sevgisine katkıda bulunduklarını işitsem, onları alkışlıyorum! Şimdi hepimizin Tanrı'nın büyük plânında yaşamsal bir öneme sahip olduğumuzu, hepimize son derece ihtiyaç duyulduğunu anlıyorum. Eski rekabetçi görüşüm bana acı verirken, yeni işbirlikçi görüşüm büyük bir huzur veriyor.

Bu, önce Tanrı'yla çekişip sonra O'nunla barış yapma ruhun karanlık gecesinden geçmek olarak bilinir. Aydınlanma yolundaki birçok kişi bu deneyimi yaşar ve, daima, ruhun karanlık gecesi insanı yaşamında yoğun bir ışığa götürür.

Bunu izleyen günlerde, giderek artan bir biçimde Tanrı'ya ve meleklere döndüm. Tanrı'ya tam bir iman duymamı engelleyen tüm inançlardan ve engellerden kurtulabilmek için samimiyetle dua ettim. Bu ricaları, O'nun bana gerçekten yardım edebileceğine tam olarak inanmadan yaptım. Bir nedenden ötürü, ben daima Tanrı'nın bizim yardımımıza sadece O'nun bunu yapacağına tam iman ettikten *sonra* geldiğini düşünürdüm. Tam imanın Tanrı'nın ön-koşulu olduğunu düşünürdüm. Bir gece yatağa yatmadan önce, "Lütfen, tam bir imana sahip olmamı engelleyen korkulardan kurtul-

mama yardım et," diye dua ettim. Ertesi sabah uyandığımda imanımın güçlenmiş olduğunu hissettim. Tanrı imanımın artmasına tıpkı rica ettiğim gibi yardımcı olmuştu. O perde gerisinden kendini belli etmeden iş görmüştü ve ben bunun nasıl olduğunu tam olarak anlamadan daha iman-dolu bir hale geldim.

Yargılamak Değil, İzlemek

Ben ayrıca Tanrı'nın, meleklerin ve ruh dünyasının beni izlediklerini bilmekten duyduğum endişeyi de yendim. Belki Noel Baba'nın beni tüm yıl boyunca izleyip sonra da yaptığım işlere göre Noel'de ödüllendirdiğine inanarak büyüdüğümden, semavi varlıkların beni sanki bir akvaryumdaymışım gibi gözlemlediklerini düşünmek beni rahatsız ederdi. Evet, elbette, onların beni tehlikeli durumlarda gözetmelerinden hoşlanırdım. Ama diğer zamanlarda, beni kendi halime bırakmalarını tercih ederdim.

Meleksi sesler benimle konuştukları her seferinde, ben birdenbire ve şiddetle, semavi bir gösteride bulunduğumu fark ederdim. Bu bana, genç ve utangaç bir kızken, büyükbabamın öldüğü günlerde onun beni soyunurken ya da duş alırken görmesinden endişelendiğim o zamanı hatırlatırdı. Ben mahremiyet ve kontrol istiyordum, ve ilahi rehberlik bana rahatlatıcı bir şeyden çok bir müdahale gibi görünüyordu.

Yine, bu durumla ilgili olarak huzura kavuşmak için dua ettim. Sorduğum tüm soruların yanıtlanacağına olan tam bir imanla yanıtları ve rehberliği bekledim. Yanıt düşüncelerime bir fısıltıdan daha sessiz bir biçimde giren bir biliş olarak geldi. Bu düşünce aktarımı yöntemiyle, Tanrı ve melekler bana ruh dünyasının bizi, bizim kendimizi gördüğümüzden çok farklı bir biçimde gördüğünü öğrettiler. Onlar orada bizi kontrol etmek, yargılamak ya da utandırmak

amacıyla bulunmuyorlardı.

Tanrı, melekler, yükselmiş üstatlar, ve ölmüş sevdiklerimiz bizi et ve kemik olarak görmezler. Onlar bizim gerçek ruhlarımızı görür, ve düşünce-formlarımızın benlik-imajlarımızı ve gelecekteki kararlarımızı nasıl etkilediğini izlerler. Onlar yaşamımıza keyfi bir biçimde müdahale etmezler. Onlar daha çok, yardım dualarımızı bize yürekten bir rehberlik sunarak yanıtlarlar.

Tanrı ve melekler bizi ayrıca koşulsuz bir biçimde severler. Sadece ego'muz bizim ve diğerlerinin yaptıkları hataları yargılar. Oysa semavi âlem ego'nun bu yargılama yeteneğine sahip değildir. Neden olsun ki? Onlar ego'nun gerçekdışılığını görürler. Onlar hiçbir korkuya sahip değildirler, ve özellikle herhangi bir şeyi yitirebileceklerinden korkmazlar, oysa bu korku her türlü yargının özünü oluşturur. Tanrı ve ruh dünyası bizi izlerken, bunu ışık saçan bir onaylama ve sevgi dolu bir yardım arzusuyla yapar.

İhmal Edildiğimiz İnancından Kurtulmak

Ruh dünyasının sürekli bizimle birlikte olmasına ve bizi izlemesine karşın, birçok insan Tanrı'nın kendisini ihmal ettiğine inanır. Bu inanç Tanrı'nın bazı çocuklarını kayırırken diğerlerini ihmal eden uzak bir ilah olduğu düşüncesinden kaynaklanır.

Bu inancı barındırmak gereksiz bir acının kaynağını oluşturur. Çocuklara yapılan kötü muameleyle ilgili doktora tezimi yazarken, bu konuda yapılan araştırmaların bir çocuğun karşılaşabileceği en zarar verici muamelenin *ihmal edilmek* olduğu sonucuna vardıklarını gördüm. İhmal edilmek çocukların öz-saygısını -cinsel ve fiziksel saldırı da dahil olmak üzere- diğer kötü muamelelerden daha çok aşındırırır.

Araştırmacılar bunun özellikle tutarsız bir biçimde ih-

mal edilen çocuklar için geçerli olduğunu saptamışlardı. Bu çocuklar ana-babalarından ne zaman kötü muamele ne zaman iyi muamele göreceklerini tahmin edemiyorlar ve bu durumda kendilerini durumu kontrol edemez, karmaşa içinde, ve başlarına ne geleceğini tahmin edemez bir halde hissediyorlardı.

Birçoğumuz Tanrı tarafından tutarsız bir biçimde ihmal edildiğimizi hissetmişizdir. Zaman zaman, Tanrı dualarımızı yanıtlar gibi görünür. Başka zamanlarda ise O bizim yardım taleplerimizi hiç duymazmış gibi görünür. Semavi ana-babamız tarafından ihmal edildiğimize inanmak bizi derin bir biçimde etkilemiştir. Bu inanç öz-saygımızı azaltır, enerji düzeyimizi düşürür ve ruh halimizi olumsuz yönde etkiler.

Ancak, bilmemiz gereken şey Tanrı'nın bizi asla ihmal etmemiş olduğudur. O'nu ihmal etmiş olan biziz. Tanrı'yla büyük ya da küçük meseleler hakkında iletişim kurma konusundaki unutkanlığımız veya isteksizliğimiz yüzünden biz O'nun sesini susturmuşuzdur. Yaşam ve ölüm hakkındaki özgür-irade seçimlerimizin sonucunda, insanları ve fırsatları bizden uzaklaştıranın O olduğu sonucuna varmış, sorumluluğu O'na yüklemişizdir. Diğer insanların Tanrı'nın bolluk hasadını bizden daha çok aldıklarını varsaymışızdır. Ve bu yanlış gözlemlerden yola çıkarak Tanrı'nın bizi umursamadığı sonucuna varmışızdır. Bu, herkese yetecek kadar olmadığı inancı suça, savaşa ve rekabete de yol açar. Benim duam, hepimizin Tanrı ve meleklerle partnerlik içinde çalıştığımızda bize nasıl bir bolluğun geleceğini öğrenmemizdir.

Melekler Tanrı'nın çok gerçek olduğunu ve bizi daima sevdiğini bize öğretmek üzere burada, aramızda bulunmaktadırlar. Mesajları açıktır: Biz ilahi yardım istemeye gönüllü olmalıyız, çünkü semavi âlem bizim tam iznimiz olmadan bize yardım edemez. Biz ayrıca beklentilerimizden farklı olabilecek yanıtları işitmeye de açık olmalıyız.

Dini İstismarın Etkilerinden Kurtulmak

Bir psikoterapist olarak, ben ayrıca dini istismara uğramış insanlarla da çalıştım. Bu istismarın çeşitli biçimleri vardır. Bazıları iradelerine aykırı olarak kiliseye devam etmeye zorlanmışlardı. Diğerleri cehennem ateşi ve lanetlenme vaazları dinlemek zorunda bırakılmışlardı. Bazıları sefil günahkârlar olduklarıyla ilgili vaazlardan olumsuz biçimde etkilenmişlerdi. Bazıları de katıldıkları mezheplerin çok olumsuz etkilerini deneyimlemişlerdi.

Çoğumuz Tanrı ile ilişkimizde acı çekmişizdir. Oysa bu acının kaynağı Tanrı değil, bizim Tanrı *yorumumuzdur*. Biz Tanrı'yı acı verici, cezalandırıcı ya da intikamcı olarak gördüğümüzde, doğal olarak O'nunla iletişim kurmaya çekiniriz. O'nun orada bizi cezalandırmak, kontrol etmek ya da eleştirmek üzere bulunduğu şeklindeki projeksiyonumuz Tanrı hakkındaki hislerimizi ya da korkumuzu yaratır. Ancak biz Tanrı'yı bildiğimiz zaman O'nun bize sevgiyle rehberlik yaptığını, ve hatalarımızı cezalandırmayıp sadece düzeltiğini anlarız.

Dini istismardan kurtulanlar ilahi rehberliğe açık olmalarını engelleyen yaraları iyileştirebilirler. İlk adım iyileşmeyi *istemektir*. Bazen, her şeyden sonra, biz bir intikam biçimi olarak yaralara ve acılara yapışıp kalırız. Bu Tanrı'ya ve bizi yaralamış olan bir dinin takipçilerine, "Bana ne yaptığınızı görüyor musunuz? Beni bu kadar çok yaraladığınız için kahrolmalısınız!" demenin bir yoludur. Bu intikam arzusunun altında Tanrı'ya erişme arzusu ve başkalarının sizin için üzülmeleri -bir başka deyişle, sizi sevmeleri- arzusu vardır.

Biz bu Tanrı'dan ve örgütlü dinin üyelerinden öç alma arzumuzu aşabildiğimizde, bir sonraki adıma ulaşırız: onları bağışlamaya gönüllü olmaya. Bağışlamak, bizim vuku bulmuş eylemleri onaylamak zorunda olduğumuz anlamına gel-

mez. Sizin, "Onların bana yaptıkları şey önemli değil," demeniz gerekmez. Bağışlamak sadece, "Ben artık bu meseleyi kuşatan acıyı taşımak istemiyorum," demektir. Siz acı yerine huzur duyabilmek için bağışlamayı seçersiniz.

Dini istismarın yaralarını iyileştirmeye çalışırken meleklerin sizi kuşattıklarını imgelemenizin yararı olur. Meleklerin üzerinde "Tanrı ve Din" yazan güzel küçük sepetler taşıdıklarını gözünüzde canlandırın. Bu konuyla ilgili tüm hislerinizi bu sepetlerin içine bıraktığınızı ve meleklerin tüm bu ağırlığı sizden alıp götürdüklerini hayal edin. Ruhunuzun ceplerini bu sepetlere boşaltırken giderek hafiflediğinizi hissedin. Meleklerin Tanrı'ya karşı tüm ego hislerini aşmanıza yardımcı olurken sevinçle gülümsediklerini görün.

Kişisel ve klinik deneyimlerimden, ilahi iletişim kanallarını açmanın anahtarının gerçek benliğimizle ve semavi âlemle ilişkimizi şifalandırmak olduğu sonucuna vardım. Birçok insan Tanrı'yla yeniden bağlantı kurarsa, yanlış eylemleri ya da Tanrı'yı terk ettiği için cezalandırılacağı şeklinde derin bir korkuya sahiptir.

JEFFREY

Jeffrey verdiğim bir seminerden sonra yanıma yaklaşıp Tanrı'yla yeniden bağlantı kurmayı çok arzu ettiğini söyledi. "Ama, bunu nasıl yapabilirim?" diye sordu, yalvarırcasına. "Ben çocukken Tanrı beni tamamen terk etti!"

Jeffrey, dokuz yaşındayken anne ve babasının boşandıklarını açıkladı. O, Tanrı'ya onları tekrar birleştirmesi için dua edip durmuş ama bu bir işe yaramamıştı. Ondan sonra, Jeffrey Tanrı'yla konuşmayı bırakmıştı. Jeffrey ayrıca Tanrı'nın da onunla konuşmayı bıraktığını varsaymıştı, çünkü bugüne dek hiçbir iç ses duymamış ya da ilahi iletişimin diğer işaretlerini almamıştı.

Jeffrey'in Tanrı'ya karşı duyduğu öfke ana-babası boşan-

dığından beri geçen otuz yıl içinde hiç dağılmamıştı. Tanrı hakkında konuşurken sesi yoğun ve duygusaldı. Gözleri, tuzağa düşmüş ve korkan bir insanınki gibi irileşiyordu. Onun Tanrı'yla yeniden bağlantı kurmayı umutsuzca istediğini, ama O'na güvenebileceğinden emin olamadığını gördüm.

"Tanrı'ya kendisine kızgın olduğunu söyle," dedim.

O, yanıt olarak gözlerini inanmaz bir ifadeyle kırptı.

"Evet," diye devam ettim. "Kendini O'nunla aynı düzeye çıkarmanı istiyorum. Bu meseleyi O'nunla tartış. O senin ne düşündüğünü ve ne hissettiğini zaten biliyor. Tanrı'yla ilişkini şifalandırmanın tek yolu hislerin hakkında O'na son derece dürüst davranmandır. Hiçbir şeyi kendine saklamadan konuş."

"Yani, Tanrı'ya kendisine kızgın olduğumuzu söylemekte yanlış bir şey yok, öyle mi?" diye sordu Jeffrey. Sonra böyle bir itirafta bulunduğunda cezalandırılmaktan korktuğunu açıkladı.

"İnan bana, Tanrı senin O'na kızgın olduğunu zaten biliyor." Ona Tanrı'nın daima her sözümüzün ve eylemimizin altındaki sevgiyi işittiğini açıkladım. Biz Tanrı'ya öfkeli bir tonda konuşsak bile, O sadece bu duygumuzun içindeki sevgiyi işitir. Biz her ne zaman O'nunla konuşsak, Tanrı bundan büyük bir heyecan ve haz duyar. Eğer biz Tanrı'ya sadece yüzümüze taktığımız samimiyetsiz bir gülümseme gösterirsek, aslında O'na, "Sana duygularımı açacak kadar güvenmiyorum, ve Senin karşında olduğum gibi olacak kadar kendimi rahat hissetmiyorum," demiş oluruz.

Ayrıca, özgür irade yasası bizim tam iznimiz olmadan semavi âlemin (yaşamın tehlikeye girdiği durumlar hariç) yaşa-mımıza müdahale edemeyeceğini bildirir. Biz bu duyguları O'na teslim etmedikçe, Tanrı bizim öfke ve nefretten kurtulmamıza yardım edemez. Biz ruhumuzu açtığımız zaman, O bizi acı verici bir öfkeye hapseden tüm korkuları or-

tadan kaldırabilir.

Jeffrey'i bir süre sonra tekrar gördüğümde parlak bir dinginliğe sahip görünüyordu. Yüzündeki gerginlik kaybolmuştu ve ruhunun derinliklerinden gülümsüyordu.

"Sanırım, Tanrı'yla konuşmuşsun," dedim.

"Evet. Seninle konuştuktan sonra bir saat kadar O'na kızgınlığımı itiraf etmekten korktum. Biliyorsun, ben Tanrı'nın intikamcı olduğuna inanarak büyümüştüm. Ama, bir süre sonra, O'na karşı yıllardır süren öfkemin ağırlığını artık taşıyamadım. Dedim ki, 'Tanrım, umarım bunu yanlış anlamazsın, çünkü bunu tüm saygımla ifade ediyorum. Ama, annemle babamın boşanmalarına izin verdiğinde sen beni gerçekten düş kırıklığına uğrattın, ve ben seni bu yüzden asla bağışlamadım!' "

Jeffrey bu sözleri söylerken bedeninin nabız gibi attığını hissettiğini açıkladı. Bir sevgi dalgasıyla çekildiğini hissetmişti. Bir saat sonra, derin bir uykuya dalmış ve daha sonra tamamen huzur içinde uyanmıştı. "Tanrı'nın benimle uykumda konuştuğunu biliyorum," dedi. "Bana ne dediğinden emin değilim. Bu önemli de değil. Tüm bildiğim şimdi kendimi eskisine kıyasla yüzde yüz daha iyi hissettiğim!"

Siz Hazır Olduğunuzda O Oradadır

Siz ilahi rehberliği işitmeye hazır olduğunuzda, o kendiliğinden gelir. Eğer siz işitebileceğiniz şeyden biraz korkuyorsanız, o zaman Tanrı'nın sesi zayıf bir fısıltı gibi gelecektir. Yine, bu da sizin ricanıza verilen uygun bir karşılıktır.

İlahi iletişimin ilk adımı sizin Tanrı'dan ve meleklerden rehberlik almayı *gerçekten* arzu ettiğinizden emin olmanızdır. Semavi âlem tüm duaları yanıtlar, bu yüzden eğer siz rehberlik için yarım-dua ederken, bir yandan da "Ama, sizin yaşamıma müdahale etmenizi gerçekten istemiyorum," diye

yarım-dua ederseniz, semavi âlem her iki duayı da onurlandıracaktır. Tam bir rehberlik almak için, yardım ricanız da tam olmalıdır.

Allahtan, eğer siz kuşkulara ve sallantılı bir imana sahipseniz, Tanrı ve melekler ilahi iletişimin önündeki bu engellerden kurtulmanıza yardımcı olacaklardır. İşte bu yüzden çok berrak bir ilahi iletişim geliştirmenin mantıklı başlangıç noktası korkulardan, kuşkulardan ve imansızlıktan kurtulmak için yardım istemektir. Bu ricada bulunduktan sonra ne kadar hızlı bir biçimde kendinizi iman-dolu hissettiğinize şaşıracaksınız.

Semavi âlemden daha fazla imana sahip olmanıza yardım etmesini istemenin tek bir doğru yolu yoktur. Gereken tek şey içtenliktir. Belki sessiz bir ortamda yalnız olmanın yararı olabilir, ama bu kesinlikle şart değildir. Eğer içtenlikle yardım isterseniz, bir uçakta mı, gürültülü bir otobüs terminalinde mi ya da iş yerinizde mi olduğunuz hiç fark etmez. Tanrı sizin bulunduğunuz her yerdedir ve sadece sizin yardım ricanızı bekler.

Bunu kendi sözlerinizle de ifade edebilirsiniz, aşağıdaki gibi de:

İLETİŞİME BAŞLAMAK İÇİN
DUA

Çok Sevgili Tanrım,

Lütfen, Senin rehberliğini işitmemi ve Senin sevgini hissetmemi engelleyen tüm korkulardan kurtulmama yardım et. Lütfen, Sana ve kendime karşı tam bir imana sahip olmamı engelleyen korkulardan kurtulmama yardım et.

Teşekkür ederim ve Amin.

İKİNCİ KISIM

Doğru Rehberliği Nasıl Ayırt Edebilirsiniz

BÖLÜM 4

İlahi Rehberlik ve Yüksek Benliğiniz

Sürekli olarak doğru ve güvenilir rehberlik almak için, gerçek ilahi bilgeliği salt hüsnükuruntudan ya da korkulu düşünceden ayırt etmek gerekir. Aradaki farkları bir kez anladığınızda, gerçek rehberliğinizi daha güvenle izleyebilirsiniz.

Allahtan, ilahi rehberlik ile sahte rehberlik arasındaki farklar açık seçik ve keskindir. İlahi rehberlik *yüksek benliğiniz*, yükselmiş üstatlar, ve ölmüş sevdikleriniz de dahil olmak üzere Tanrı'dan ve O'nun yaratımlarından gelir. Tüm sahte rehberlik ise sizin ve başkalarının ego'larından gelir. Şimdi (gerçek benlik olarak da bilinen) yüksek benlik ile (düşük benlik olarak da bilinen) ego arasındaki farklılıkları gözden geçirelim.

"Onları meyvelerinden tanıyacaksınız," sözü rehberliğinizin yüksek mi yoksa düşük benliğinizden mi geldiğini ayırt etmenin yöntemini tanımlar. Yüksek benlik derken tam Tanrı'nın yarattığı gibi kalan parçamızdan söz ediyorum. Yüksek benliğimiz mükemmeldir, bütündür, ve tam Tanrı'nın suretindedir. Yüksek benliğimiz ebediyen Tanrı'ya bağlı olduğundan, Tanrı, melekler ve yükselmiş üstatlar bizimle konuşurken o bir telefon alıcısı görevi yapar. Doğru ilahi rehberliğin kaynağı budur.

Ego'muzu Tanrı yaratmadı. Biz onu Tanrı'dan ve diğer insanlardan ayrı olduğumuz şeklindeki korkutucu inancımızla yarattık. Dünya kıtlığa, ayrılığa ve tehlikeye olan inançları yansıttığından, siz dünyanın çoğunun ego'nun bir yaratımı olduğunu söyleyebilirsiniz. Ancak, Tanrı gerçek ve ebedi olan her şeyi yarattığından, ego'nun korkutucu illüz-

yonları sadece budur: illüzyonlar.

Yüzde yüz korkudan oluştuğundan, ego bile sadece bir illüzyondur. O bana *Oz Büyücüsü* filminden, korkutucu ve güçlü Oz'un sadece sıradan bir adam olduğunu keşfettiğimiz o büyük sahneyi hatırlatır. "Perdenin ardındaki adama hiç bakma!" diye emreder Oz, ama o zamana dek herkes onun gösterisinin sadece dumandan ve aynalardan oluştuğunu fark etmiştir.

Sevgi olmayan her şey ego'nun projeksiyonlarının bir parçasıdır. Ego korku dolu olduğunu kabul etmek istemez. Eğer ego korkulu bir dünya görme kararlarının sorumluluğunu üstlenseydi, o zaman bir başka görme biçimi seçmek zorunda kalırdı. Eğer siz artık korkmuyorsanız, ego'nun hiçbir işlevi kalmaz. Ego kendini-koruma eğilimindedir, böylece korkmuş kalmaya güçlü bir yatırım yapar. Bunun sonucunda, o korkunun kendisinin dışında olduğuna inanır, ve korkunun zulüm ve baskı yapıcı bir şey olduğunu hayal eder. Psikologlar buna "projeksiyon" (dışa yansıtma) derler *(bkz. çizelge)*.

JOUVEE

Tanıdığım Jouvee adlı bir kadın neredeyse bütünüyle yüksek benliğinin bilincinde yaşar. O karşılaştığım en mutlu insanlardan biri olarak daima gülümser. Jouvee bizim Dünya'nın adını "Sevgi" olarak değiştirmemiz gerektiğini söyler. Jouvee hemen hemen hiç durmadan sevgiyi düşündüğünden, günlük yaşamında da deneyimlediği budur. O tüm dünyanın sevecen ve sevilebilir olduğuna içtenlikle inanır. O yüksek benliğinde merkezlenmiş halde kalmaktan kaynaklanan mutluluk ve uyumun canlı bir örneğidir.

Peki, Jouvee derin bir yadsıma içinde mi, yoksa sadece, doğru ilahi rehberliği üzerinde odaklanmayı seçmenin sonuçlarının hazzını mı yaşıyor? Ben içtenlikle ikincisinin doğ-

ru olduğuna inanıyorum. Jouvee'nin düzenli bir işi var, faturalarını ödüyor, ve bir ailesi ve birçok arkadaşı var. Onun normal bir yaşama sahip olduğunu söyleyebilirsiniz. Ancak Jouvee olağanüstü uyumlu bir dünya görüyor ve deneyimliyor, çünkü onun üzerinde odaklanmayı seçtiği budur. Bu, bizim yüksek benliğimizin bilgeliği üzerinde odaklanırsak dünyanın sorunlarını ihmal edeceğimiz anlamına mı gelir? Kesinlikle değil! Gerçek çözümler gerçek Kaynak'tan gelirler. Aslında, şu anda, milyonlarca insan çevreyi, siyasi yapıları, ekonomileri ve kültürel çatışmaları iyileştirecek bir ilahi rehberlik alıyor.

YÜKSEK VE DÜŞÜK BENLİĞİN ÖZELLİKLERİ

YÜKSEK BENLİK	DÜŞÜK BENLİK
Sevecen	*Kıskanç*
Güvenli	*Güvensiz*
Doyumlu	*Yoksun olduğuna inanır*
Sizi ilahi amacınızı yerine getirmeye teşvik eder	*Hayatınızın amacını ertelemenizi ister*
İlgili herkesin kazanmasıyla ilgilenir	*Birinin kazanıp diğerinin kaybettiğine inanır. Rekabetçidir*
İlişkilerde güvenlidir	*Terk edilmekten korkar*
Temiz bir vicdana sahiptir	*Suçluluk duyar*
Eylemlerine sevgi rehberlik yapar	*Entrika çevirir ve kurnazca yönlendirir*
Şimdiki an üzerinde odaklanır	*Gelecek üzerinde odaklanır*
Tutarlıdır	*Düşüncesizce hareket eder ve tutarsızdır*
Kendinizi sıcak ve korunuyor hissetmenizi sağlar	*Kendinizi soğuk ve korunmasız hissetmenize yol açar*
Sizi tehlikeye karşı uyarırken bile olumlu bir sese sahiptir	*Saldırgan ve talepkâr bir sese sahiptir*
Cömerttir	*Açgözlüdür*
Ayağını sıkı basar	*Hantal ve beceriksizdir*

Yol Üzerinde Kalmak

Hiç kuşkusuz, hayır her şeyden, hatta düşük benliğimizin rehberliğini dinlemekten bile gelebilir. Her şeyden sonra, sahte rehberliği tanımayı öğrenmenin onu izlemiş olmaktan daha iyi bir yolu olabilir mi? Hepimiz onun sesini dinleyip bunun sonuçlarına katlandığımız durumlar yaşamışızdır. Çoğu kez, yüksek benliğimizin rehberliğini dinlemiş olmayı istemişizdir. Ancak, her iki yolla da öğrenip gelişiriz. Öyleyse ara sıra yanlış kararlar verdiğimiz için kendimizi cezalandırmayalım.

Hepimiz hatalar yaparız, ancak bu hatalar, ego'ya dayalı olduklarından, Tanrı'nın gerçek dünyası üzerinde gerçek bir etkiye sahip değildirler. Tanrı tarafından yaratılmış her şey mükemmel, ebedi ve gerçektir. Ego bu olguları asla değiştiremez. İşte bu yüzden hataların cezalandırılmaları değil, düzeltilmeleri gerekir.

Siz gerçek rehberliğinizi izlediğinizde, ego'nuz yol boyunca sizi çelmelemeye çalışacaktır. Diyelim ki yeni bir iş kurmak için ilahi rehberlik aldınız. O tekrar tekrar çok güçlü, etkili ve sevecen bir biçimde geldiğinden siz bu rehberliğin semavi âlemden geldiğini bilirsiniz. Böylece sevinçle bu işe girişirsiniz. Bir yanınız projenin büyüklüğünden ötürü biraz ürkse de siz yine de heyecanlı ve mutlusunuzdur.

Ego'nuz, bunun tam tersine, sizin sevgi ve mutluluğa dayanan bir eylemde bulunmanızdan ötürü son derece keyifsiz ve sinirlidir. Ego, eğer başarılı olursanız, sizi artık kontrol edemeyeceğini bilir. Siz onun tiranik emirlerine uymayı bırakacak, onun yerine kendinize ve dünyaya karşı sevecen bir bakışta merkezlenmiş olarak kalacaksınızdır. O böyle bir başkaldırıyı kaldıramaz!

Böylece, çok kurnaz olan ego sizin sadakatinizi yeniden sağlamak için bir yol tasarlar. O sizi başka insanlara güven-

memeniz gerektiğine inandırmaya çalışır. O sizi para ve geleceğiniz hakkında saplantılı bir biçimde endişelenmeye ikna eder. Siz zaten işinizin sağlamlığı hakkında biraz endişeli olduğunuzdan, ego'nun tuzağına kolayca düşersiniz. Parasal korkularınız sizi geceleri uyutmaz olur. Konsantrasyonunuz bozulur, ve hatalar yapmaya başlarsınız. Ve dokuz ay içinde, işi bırakırsınız.

Sonra "Ne oldu?" diye merak edersiniz. "Eh, belki de bir iş kurabileceğim düşüncesi sadece bir hüsnükuruntuydu," diye düşünürsünüz. Bundan sonra, siz sezginize güvenmekte zorlanırsınız.

Oysa kendi işinizi kurma fikri size ilahi bir biçimde ilham edilmiştir. Bunu onun anahtar özelliklerinden ötürü biliriz: öğüt tekrar tekrar gelmiş, sevinç hissi uyandırmış, sizin başkalarına hizmet etmenizi ve doğal ilgilerinizi kullanmanızı sağlamış, ve size bir güçlenme duygusu vermiştir. Bunu büyük ve yeni bir anayolda araba sürmeye benzetebiliriz.

Ego'nun korkuları geldiğinde, siz doğru yoldan ayrılıp yanlış bir yan yola sapmışsınızdır. İşte biz yolumuzu böyle kaybederiz. Bu ilk yolun ya da gideceğimiz yerin yanlış olduğu anlamına gelmez; o sadece korkularımızı dinlediğimiz için yolumuzu kaybettiğimiz anlamına gelir. Korkular bizi güvenlik içinde tutmazlar; sevgi tutar.

Ego'nun Tartışmaları

Arka sayfada yer alan örnekte ilahi rehberliğin nasıl direkt, tam yerinde, ve evrensel bir sevecenliğe dayalı olduğunu göreceksiniz. Düşük benliğin doğru rehberliğe nasıl tartışmalarla karşı koyduğuna dikkat edin.

DÜŞÜK-BENLİĞİN DOĞRU İLAHİ REHBERLİĞE VERDİĞİ KARŞILIKLAR

GERÇEK İLAHİ REHBERLİK	DÜŞÜK-BENLİK SAHTE REHBERLİĞİ
"Şimdi bu yolda sola dön."	*"Ne aptalca bir düşünce. O yol benim yolumun dışında."*
"Git o kişiyle konuş."	*"Bu kişi büyük olasılıkla benden hoşlanmayacaktır."*
"Otel hizmetçisine iyi bir bahşiş bırak."	*"Hizmetçiye neden para vereyim, onu bir daha hiç görmeyeceğim."*
"Bir kitap yazmaya başla."	*"Ne hakkında yazacağım ki? Hem benim kitabımı kim yayınlar ki?"*
"Sen bir şifacısın."	*"Sadece özel insanlar şifacıdır. Ben böyle bir Tanrı-vergisi yeteneğe sahip değilim."*
"Dünyaya verecek çok şeyin var."	*"Belki günün birinde zengin ve ünlü olabilirim."*
"Bu çocuk merkezinde gönüllü çalış."	*"O kadar vaktim yok.."*
"Bu sabah doğada biraz zaman geçir."	*"Yarın bir yürüyüşe çıkarım."*
"Bugün Donald Smith'i ara."	*"Ne gerek var? Büyük olasılıkla beni hatırlamayacaktır."*
"Her şey iyi sonuçlanacak."	*"Ya öyle olmazsa?"*

BÖLÜM 5

Doğru Rehberliği Nasıl Ayırt Edebiliriz

Her ne zaman bir soru sorarsanız, mutlaka bir yanıt alırsınız. Ancak, siz belki kesin görünen bir önseziyi izlediğiniz durumlar yaşamışsınızdır. Daha sonra, eylemleriniz düş kırıklığıyla karşılaştığında, önsezilerinize olan güveninizi biraz yitirirsiniz. Şimdi, Tanrı'nın her şeye kâdir zihninin size yol göstermesini çok arzulamanıza rağmen, gerçek ilahi rehberliği tanıyıp tanıyamayacağınızdan emin değilsinizdir. "Ya yine yanılıp hayal gücümü gerçek rehberlik sanırsam?" diye düşünürsünüz.

Gerçek rehberlik sizi asla yanlış yola sevk etmez, ya da size ve diğer insanlara acı vermez. Ancak, sık sık, onu gerçek rehberlik sanarak sahte rehberliği izleriz. Bu karmaşaya ve sezgisel yeteneklerimize güvenmemeye götürür. Diğer zamanlarda ise işe doğru rehberliği izleyerek başlarız ama korkularımız bizi yoldan çıkarır.

Örneğin, diyelim ki meslek değiştirmeniz için doğru ilahi rehberlik aldınız. Bu rehberlik güçlü ve kesindir, ve sizin en derin arzularınıza aynalık yapar. Böylece bu rehberliği izler ve yeni mesleğinizle ilgili üniversite kurslarına kaydolmayı plânlarsınız. Sonra korkularınız yüzeye çıkar ve siz, "Bu yeni meslekte başarılı olmak için gerekli şeye sahip miyim?" diye düşünmeye başlarsınız.

Korkular gerçek rehberliğinizi gölgeleyip karartır, ve siz korkulu sahte rehberliğinizi kullanarak kararlar vermeye başlarsınız. Bunu yaptığımız zaman her şey yıkılmaya başlar. Üniversite çalışmalarınız gereksiz bir biçimde zorlaşır, bu da sizin meslek değiştirme konusundaki ilk fikrinizin ge-

çerliliğini sorgulamanıza yol açar. Oysa ilahi rehberliğiniz yanlış değildir. Eğer korkudan kaynaklanan sahte rehberliği dinleyip izlersek bu acı verici deneyimler doğal olarak vuku bulurlar.

İlahi Rehberlik Asla Kaybolmaz

Bu kitabı yazarken, Tanrı bana korkularımızın O'nun bizimle iletişimlerini nasıl kestiğini açıkladı. O iletişimlerini bizim CD çalar dediği zihinimize aktardığı CD'lere benzetti. Aşağıdaki konuşmada ondan bu düşünceyi açmasını istedim.

S: Öyleyse, bizimle iletişimlerinin CD'ler gibi olduğunu, ve yüreklerimizin ve zihinlerimizin CD çalarlar gibi olduğunu söylüyorsun.

Y: Kesinlikle! Tam olarak! Sözlerimin niyetlendikleri gibi algılanmalarının beni ne kadar heyecanlandırıp sevindirdiğini anlatamam! Böylece, dediğim gibi, zaman zaman yüreklerinizde ve zihinlerinizdeki "tozlar" onların "okuma mekanizmasının" benim kodlanmış sözlerimi algılarken önemli satırları ve veriyi atlamasına neden olur.

S: Öyleyse biz algılayışımızdaki hatalar yüzünden dualarımıza verdiğin yanıtların anlamını gözden kaçırırız.

Y: *Evet, bu aktarımın mesajı tam olarak budur. Seni geçenlerde seminer katılımcılarının yüreklerini ve zihinlerini temizleme görevine neden gönderdiğimi sanıyorsun ki?*

S: Bu senin fikrin miydi? Benim fikrim olduğunu düşünmüştüm.

Y: *Tüm fikirlerin nereden kaynaklandığını sanıyorsun? Benimki tüm-zihinlerdeki-zihindir, ve tüm-kalplerin kalbidir. Evet, kızım, beni doğru işittin. Benim gösterişli sözler seçtiğimi düşünme. Ben sadece kendi büyüklüğümün farkındayım, tıpkı tüm çocuklarımın kendi büyüklüklerini fark etmelerini arzuladığım gibi.*

S: Senden kuşkulandığım için beni bağışla. Sadece tümkalplerin-kalbi sözünü işittiğimde, "Bu Tanrı'nın söyleyeceği bir şey gibi gelmiyor," diye düşündüm.

Y: *Ve böyle kuşkular tam da benim sana sözünü ettiğim şeydir. Çünkü bu kuşkular aktarımda yanlışlara yol açar. Tanrı'nın bir çocuğu kendi kendine sessizce, "Hımm, bu Tanrı gibi gelmiyor," dediğinde, aktarımda bir satır ya da veri atlanmış olur.*

S: Ve de bilgi kaybolur mu?

Y: *Bilgi asla kaybolmaz! Ama geçici olarak atlanmış olur. Bugün burada sözünü ettiğimiz şey açık zihinlilik dediğiniz şeyin önemidir. Çünkü bu açıklık ve sükûnet olmadan, CD çalar toz tutar.*

S: Ve de bilgi atlanır.

Y: *Evet.*

S: O halde, Senin sorumuzu tümüyle yanıtlamadığını düşündüğümüzde, bu sadece Senin bize söylemiş olduğun şeyin bir bölümünü "atlamış olmamızdan" kaynaklanır.

Y: *Kesinlikle, tam olarak öyle! Ben burada sana bunu söylemek üzere bulunuyorum. Sen bilgiyi tam sana aktardığım gibi aldın. Bu çok sevinç verici bir şey. Şimdi kutsal çocuğum, değerli kardeşlerine de tam sana aktarmış olduğum şeyi öğret.*

Korkularımız bizim Tanrı'dan kısmi ya da çarpıtılmış aktarımlar almamıza neden olur. Allahtan, ilahi rehberliği korkunun sesinden nasıl ayırt edebileceğimizi öğrenebiliriz. Korkunun korku olduğunu tanıdığımızda, o bizi korkutma gücünü yitirir. O zaman, korkunun, havlayan ama dişsiz bir köpek kadar bize zarar verme gücüne sahip bir şey olduğunu, yani güçsüz olduğunu idrak ederiz.

Sahte Rehberliğe Karşı Gerçek Rehberlik

Gerçek ve sahte rehberliğin keskin, ayırt edici özellikleri vardır. Bir kez bu özellikleri öğrendiğinizde, onları kolayca tanıyabilirsiniz. Bir fikir, izlenim, önsezi, vizyon ya da içsel ses aldığınızda bu nitelikleri (ya da sahte rehberlik durumunda, bu niteliklerin eksikliğini) aramanızı öneririm.

1. Gerçek rehberlik olgundur. Birincisi, gerçek rehberlik olgun bir niteliğe sahiptir; o size "Bunu başarabilirsin!" diyen destekleyici, teşvik edici bir antrenör gibi gelir. Hüsnükuruntu ya da korkulu düşünüş ise daha çok, "Acele edip bunu yapsan iyi olur, yoksa biri gelip senin önüne geçecek!" diyen kuşkularla dolu, düşünmeden hareket eden bir ergen gibidir. Gerçek rehberlik sevecen bir duygu ve güç verir, oysa sahte rehberlik güveninizi yok eder, heves ve coşkunuzu azaltır.

2. Gerçek rehberlik tutarlıdır. Sahte rehberlik ayrıca bir konudan diğerine hızla geçer. O Pazartesi günü size bir şey yapmanızı söyler, Salı günü bunun tam tersini yapmanızı söyler. Sonra Çarşamba günü, yine fikir değiştirir! Eğer sahte rehberliği dinlerseniz, yaşamınız daima karmaşa içinde olacaktır. Sahte rehberlik çoğunlukla söylediği şeye zaman ve para harcamanızı istediğinden, ayrıca pahalıya da mal olur ve zamanınızı tüketir.

Gerçek rehberlik, tam tersine, eğer onu dinlemezseniz. günler, aylar ve yıllar boyunca aynı şeyi sürekli olarak tekrarlar. O size tekrar tekrar o kitabı yazmanızı, kendi işinizi kurmanızı, ilişkilerinizi iyileştirmenizi ya da bedenize daha iyi bakmanızı söyleyecektir. Benim yetmiş yaşlarında üç müşterim var. Üçü de kendilerini belli projeleri üstlenmeye teşvik eden hislerin ve seslerin yaşları ilerledikçe kesileceğine inanıyordu. Ama sonra hepsi de gerçek benliğin rehberliğinin yaşlandıkça kaybolmadığını keşfetti. Böylece şimdi,

fiziksel formda geçirecekleri aşağı yukarı yirmi yılları kalmışken, bu üç cesur insan en sonunda ilahi rehberliğini dinlemeye ve izlemeye hazır hale geldi.

3. Gerçek rehberlik başkalarına yardım etmek hakkındadır. İstisnasız hepimizin hayatta gerçekleştireceği bir misyonu var. Bu ilahi yaşam-amacı ya da misyonu daima sevgi ve dünyaya hizmet etme tema'sına sahiptir. Bu misyon bir şifacı, öğretmen ya da yazar olmaktan, dünyaya yararlı olacak bir şey icat etmeye kadar birçok değişik biçim alabilir. Birçok insan ilahi yaşam-amacını mesleğiyle gerçekleştirir, bazıları ise amaçlarını gönüllü çalışma ve amatör meşguliyetlerle yerine getirirler.

Böylece gerçek ilahi rehberliğin bir başka büyük işareti onun sizi yaşam misyonunuzu keşfedip gerçekleştirmeye itmesidir. Ben bir şifacı olmamı ve kitaplar yazmamı söyleyen vizyonlar ve hisler aldığımda, bunun gerçek bir rehberlik olduğunu biliyordum, çünkü o sürekli olarak beni dünyaya bir katkıda bulunmaya teşvik ediyordu. Bu rehberliği ne kadar görmezden gelmeye ve ondan kaçmaya çalışırsam çalışayım, o dededen kalma bir saatin sürekli tik-takı gibi, "Yaşamını iyileştir, insanlara şifa ver, kitaplar yaz. Yaşamını iyileştir, insanlara şifa ver, kitaplar yaz," demeyi sürdürüyordu. Eğer bu rehberliği görmezden gelmeyi seçmiş olsaydım, onun hâlâ aynı şeyi söylüyor olacağından kesinlikle eminim.

Ego çoğu insanın yaşam misyonunu başaramamaktan korkması olgusunu kendi çıkarına kullanır. Böylece sahte benlik şöyle şeyler söyleyecektir: "Sen kim oluyorsun da dünyaya bir katkıda bulunabileceğini düşünüyorsun? Hiç denemeye kalkma, çünkü kesinlikle başaramayacaksın. O zaman gülünç düşecek, utanacak ve aileni de utandıracaksın, ve tüm paranı kaybedeceksin. İşleri şimdi olduğundan da daha kötü bir hale getireceksin. O yüzden denemeye bile kalkma."

JUDY

Örneğin, Judy Truedson'a ben dahil tüm arkadaşları çok yetenekli bir ressam olduğunu söylerler. Deepak Chopra Judy'ye projelerinden birini resimlendirme işini vermiştir.

Ama uzun bir süre, Judy kendisini bizim gözümüzle göremedi. Kuşkusuz, o resim yapmaktan zevk alıyor ve profesyonel bir çocuk kitapları ressamı olmayı hayal ediyordu. Ama, bu işten hayatını kazanma fikri ona gerçekleştirilemeyecek kadar büyük ve harikulade geliyordu. Judy kendisini böyle başarılı bir ressam olarak hayal ettiği her seferinde içinden gelen ve, "Boş yere hayal kurma! Böyle bir şey mümkün değil! Her şey bir yana, senin ödemen gereken bir ipotek borcun var!" diyen bir ses duyuyordu.

Ama, hâlâ bu hayal devam ediyordu. Sanki bir omzundaki bir melek, "Bir ressam ol," diyor, öbür omzundaki bir şeytan, "Denemeye bile kalkma!" diye bağırıyormuş gibi, Judy adeta bir işkence çektiğini hissediyordu. En sonunda, koruyucu meleklerinden iç huzuruna kavuşmak için kendisine yardım etmelerini istedi. Meleklerine böyle yöneldiği anda, Judy kütüphanesindeki bir spiritüel kitabı açması için güçlü bir sezgi aldı. Kitabı eline alır almaz belli bir sayfa kendiliğinden açıldı, ve orada okuduğu bir alıntı Judy'ye eğer meleklerini ve içsel rehberliğini dinlerse yaşamının uyum içinde olacağı yönünde güvence verdi.

Judy bana daha sonra olanları açıklayan bir mektup yolladı: "Aynı fikrin daha önce farklı bir biçimde söylendiğini işitmiştim, orada da "mutluluğunuzu izleyin," gibi bir şey diyordu. Ancak melekler bana kitaptaki bu alıntıyı gösterdiklerinde, bu kez bu fikri gerçekten anladım. Her şeyi tümüyle tersten görmekte olduğumu fark ettim.

Şimdiki işim gelirimin kaynağı değil. Bu iş faturaları ödemiyor. Ben ödüyorum. Ruhum ödüyor. Ben, Tanrı ve içimdeki ruh faturaları ödüyor ve bana para enerjisini getiri-

yor. Gelir kaynağım 'dışarıda bir yerde' değil. O burada, benim içimde. Meleklerin açıklaması tüm paradigmamın içsel bir odaklanmaya dönüşmesine neden oldu. Şimdi korkularımı bırakıp, olduğumu bildiğim ressam olabilirim!"

4. Gerçek rehberlik sürüncemede bırakmaz. Semavi âlemin kudretli rehberliğiyle kıyaslandığında ego'nun korkutma taktikleri duman üfürükleridir. Gerçek ilahi rehberlik yaşamınız boyunca sizi yaşam-amacınızı gerçekleştirmeniz yönünde dürtecektir. Ego'nun karşı saldırıları ise sizi misyonunuz üzerinde çalışmayı ertelemeye ikna etmeye çalışacaktır. "Henüz başlamaya hazır değilsin," diyecektir ego. O size, yaşam misyonunuza başlayabilmeniz için önce bir başka kurs görmeniz, bir başka kitap okumanız, daha fazla paraya ya da zamana sahip olmanız ya da kilo vermeniz gerektiğini söyleyecek veya başka erteleme taktikleri kullanacaktır.

Her ne zaman daha yüksek önceliklerinizi dondurmanızı ya da ertelemenizi isteyen bir rehberlik alırsanız, onun ego'nun rehberliği olduğundan emin olabilirsiniz. Gerçek rehberlik önemli olan şey üzerinde hemen çalışmaya başlamanızı ister. O size hemen şu anda büyük bir yeteneğe, yaratıcılığa ve beceriye sahip olduğunuz yönünde güvence verir. O sizden ek bir eğitim almanızı isteyebilir, ama asla şu anda ondan yoksun olduğunuz için eğitime ihtiyacınız olduğunu ima etmez.

Sahte rehberlik ise tam tersine, "Bir başka sertifika ya da derece alsan iyi olur, yoksa diğerleri senin gerçekte ne kadar yetersiz olduğunu keşfedecekler," der. Biz psikologlar buna ego'nun sizi mutluluk ve başarıyı hak etmediğinize inandırmaya çalıştığı "sahtekâr fenomeni" deriz. Ego sizi başarıya sahtekârlıkla ulaşmaya çalışan yetersiz bir sahtekâr olarak nitelendirir. O sizi, çok geçmeden bir otoritenin sizin bu yutturmaca oyununuzu keşfedeceği ve her şeyi elinizden alacağı yönünde uyarır. Lütfen şunu bilin ki ego'suna kulak

veren herkes bu korkuyu paylaşır. Eğer ego'nuzdan bu mesajı alırsanız bu sizin gerçekten bir sahtekâr olduğunuz anlamına gelmez.

Tanrı ve melekler zaman-ötesi, ebedi bir *şimdi*'de yaşadıklarından gerçek rehberlik daima şimdiki anda odaklanır. Onlar tam bir mutluluk ve güvenliği hemen şimdi hak ettiğiniz ve yaşayabileceğiniz yönünde size güvence verirler. Tanrı size verebileceği her şeyi vermek ister, ve siz niyet ve kararınız yoluyla yaşam plânınızın başarıyla gerçekleşmesi için gerekli tüm desteğe sahip olabilirsiniz. Semavi âlem sizi dünyaya anlamlı bir katkıda bulunmak için ihtiyaç duyduğunuz tüm zaman, para, akıl, yaratıcılık ve temaslarla destekler. Bu armağanlar hemen şimdi size sunulmaktadır.

Ancak, sahte benlik şimdiki andan hoşlanmaz. Yine, bu da onun gerçek kimliğinizi hatırlamanızdan korkmasından kaynaklanır. Eğer siz kutsal mirasınızı hatırlarsanız, ego yaşamını yitirir. Böylece ego sizi mutluluğu hep gelecekte aramaya zorlar. Sahte rehberlik ilahi yaşam plânınız üzerinde çalışmaya başlamak için koşulların uygun olacağı hayali bir geleceğe kadar kendinizi-geliştirmeyi ertelemenizi söyler. Sahte benlik egzersiz programınıza gelecek Pazartesi başlamanızı, diğer insanlar öyle olduktan sonra sizin de daha sevecen olmanızı, ve küçük kızınız evlendikten sonra yaratıcı projelere girişmenizi ister. O daima ertelemeye ve sürüncemede bırakmaya teşvik eder.

Sahte rehberlik sizi aldatmak için "erteleme taktiği" davranışlarını besler. Ben kitaplar yazma konusunda aldığım ilahi rehberliği izlemeye korktuğumda, bunu aşırı yemek yiyerek erteledim. Yemeği sadece bu rehberliğin sesini, hissini ve görüntüsünü susturmakta değil, ama kendimi sürekli olarak meşgul tutmakta da kullanabileceğimi gördüm. Ne de olsa aşırı yemek yemek saatler alır. Siz yemeği düşünürken, yemek için alışveriş yaparken, yemek pişirirken, ye-

mek yerken, yemeğin artıklarını temizlerken, ve bu arada zayıflamayı düşünürken hep zaman harcarsınız.

Ego'nun rehberliği sık sık bizi erteleme taktiklerine sevkeder. Buna tüm bağımlılık davranışları dahildir. Aşırı içki içme, yemek yeme, uyuşturucu-kullanma, sigara içme, televizyon izleme, İnternet'te gezinme, alışveriş etme, ve bağımlılık ilişkileri ego'nun siz Tanrı'nın sesini işitmeye hazır olmadığınızda onu bastırma yollarıdır. Bağımlılıklar suçluluk duygusuna götürür, çünkü, derinlerde, siz onların muazzam bir zaman israfı olduğunun farkındasınızdır. Derin bir düzeyde, siz kendi ilahi plânınızı görmezden geldiğinizi bilirsiniz. Biz ilahi rehberliğimizi kabul edip izlemeye korktuğumuz için erteleme taktiklerini kullanırız.

JUNE

Müşterim June misyonunu yerine getirmemek için ilginç bir erteleme taktiği geliştirmişti. Daha küçük bir çocukken, June kötü muamele görmüş çocuklara danışmanlık yapmak istediğini biliyordu. Ancak başkalarına yardım etme konusunda yetersiz olmaktan çok derin bir biçimde korkuyordu. Yıllar boyunca şifa yöntemleri üzerinde çalışmış olmasına rağmen, June bir çocuk danışmanlığı işi aramayı ertelemeyi sürdürüyordu. En sonunda bu korkularını çözümlemek için bana geldi.

Kendisine çok uygun görünen bir işe başvurmaya hazırken June ani bir erteleme taktiği geliştirdi. Bir gün beni arayıp iki katlı bir ev alıp onu onarıp satmaya karar verdiğini söyledi. Oysa eşi çok iyi para kazandığından onun fazladan bir gelire ihtiyacı yoktu. June bana bir evi yeniden dekore etme fikrinden hoşlandığını, ve ancak bu ev projesi tamamlandıktan sonra sözünü ettiğim işe başvuracağını söyledi.

Ben kendisini bu ev işine girme kararını vermesinin zamanlamasıyla yumuşak bir biçimde yüzleştirdiğimde, June

derin bir soluk aldı. Ego'sunun korkularının onu yolundan nasıl saptırdığını görememişti. Böylece, June bir çocuk danışmanı olarak başarısızlığa uğrama korkusunun onu bu misyondan uzak tuttuğunu idrak edince ev işine girme fikrinden vazgeçti.

Ego'nun erteleme taktiklerinden ve diğer tuzaklarından sakınmanın anahtarı gerçek ve sahte rehberlik arasındaki ayırt edici özellikleri bilmektir. 100. sayfadaki çizelgeyi incelemeniz, hatta ezberlemeniz iyi olur. Bu şekilde, bir rehberlik aldığınızda onun kaynağını daha iyi tanıyabilirsiniz. Yine de kuşku duyarsanız, Tanrı'dan bu fikrin kendisinden gelip gelmediğini bildirmesini isteyin. O size, sizi bu konuda aydınlatacak işaretler, hisler, bir ses ya da bir biliş verecektir.

5. Gerçek rehberlik güçlüdür. İlahi rehberliğin sesi o kadar yüksek ve güçlüdür ki onu duymazdan gelmek için çok çaba harcamamız gerekir. Ve Tanrı bizimle sürekli olarak konuşur. Ben, bir insanın yaşam amacı ne kadar büyükse onun onunla ilgili olarak o kadar çok korktuğunu keşfettim. Elbette, hepimizin büyük bir amacı var. Ancak, bazı insanların yaşamları onların kitapları, icatları, dersleri, işleri ya da yaratıcılıkları yoluyla birçok insanı etkileyecek şekilde plânlanmıştır. Ben bunlara büyük amaçlar diyorum. Böylece eğer ilahi plânınızı işitmekten çok korkuyorsanız, bu sizin büyük bir amaca sahip olmanızdan kaynaklanıyor olabilir. Ve büyük olasılıkla Tanrı'nın sesini işitmekte zorlanmanızın nedeni budur: siz o sesi işitmemeyi seçmekte, ve başarısızlık korkunuzla yüzleşip onu aşmayı ertelemektesinizdir.

Bazen gerçek-yaşam misyonumuzun yolundan saptığımızda semavi âlem bizim peşimizi bırakmıyormuş gibi gelebilir. Örneğin, ben üniversiteden mezun olup çok-satan bir yazar haline geldiğimde, sık sık talk-show'lara konuk uzman olarak çıkıyordum. Eğer doğru beslenme ve romantik

aşk gibi popüler konularda kitaplar ve makaleler yazarsam programımın ve banka hesabımın sürekli olarak dolu olacağını görmüştüm. Okurlardan aldığım tepkilerden, yazılarımla insanlara yardım ettiğimi görüyordum. Ama, bu faaliyetler bana duygusal ve akli olarak bir doyum vermiyordu. Çalışmamı spiritualite çevresinde merkezlendirmem gerektiğini biliyordum, ama bunu yaparak hayatımı kazanamayacağımı düşünüyor ve bundan korkuyordum.

Bir akşam televizyon izlerken başımın, boynumun ve omuzlarımın çevresindeki hava basıncında güçlü bir değişim hissettim. Görüşüm daraldı, ve televizyon benden binlerce mil uzakta göründü. Ve sanki görünmez bir varlıklar grubunun beni acil bir şey söylemek üzere özel bir yere doğru sürüklediğini hissettim. Kımıldayamadığım ve konuşamadığım için, sadece dinledim.

"Hayatını neden böyle boşa harcıyorsun?" diye kafamın içinde bir ses işittim. Kendimi tümüyle televizyon izlemeye kaptırdığımdan bunun benim sesim olmadığının farkındaydım. İçimdeki ses şöyle devam etti: "Bir an durup anne-babanın kim olduklarını düşün ve kendine bu hayatta onları neden seçtiğini sor."

Bu sözler beni şaşırttı, çünkü o zamana dek ben daima doğumumun rastlantısal bir olay, genetik bir sonuç olduğunu düşünmüştüm. Bu seçim işlemiyle bir ilgim olduğu hiç aklıma gelmemişti.

"Bu ana-babayı seçerek bu hayatta hangi dersleri almayı plânlamış olabilirsin?" diye ses tekrar konuştu. Anne ve babamdan aldığım değerli dersleri ve özellikleri düşündüm. Bir ruhsal şifacı olan annem bana düşüncelerimizin ve dualarımızın inanılmaz bir şifa ve tezahür-ettirme gücüne sahip olduklarını öğretmişti. Model uçaklar hakkında kitaplar ve makaleler yazan serbest bir yazar olan babam ise bana insanın bir meslek seçerken yüreğinin sesine kulak vermesinin

önemini göstermişti. Daha ben küçük bir kızken babam onu gerçekten ilgilendiren bu işi yapmak için bol kazançlı bir işi bırakmıştı. Ana-babamın yaşamlarındaki ortak payda onların parayı doğal ilgi alanlarının önüne geçirmeyi reddetmeleriydi.

Büyürken aldığım dersleri ve kuvvetleri düşünürken ses şunu sorarak beni şaşırttı: "Bu hayatta aldığın dersleri boşa mı harcayacaksın?" Çevremdeki hava basıncı değişti, öyle ki ben onun baskısından kurtulmak için iyice arkaya yaslandım. Sevecen bir gücün beni, imzaladığım ama ne olduğunu bilmediğim bir kontratı neden yerine getirmediğimi yanıtlamaya zorladığını hissettim. Sanki biri beni bir suyun altında tutuyormuş gibi soluksuz kalarak paniğe kapıldım. Ancak mesajın gerçeği bilincime bir iğne gibi saplanmıştı. Bu meleksi mevcudiyetten çok, derinlerde bildiğim şeyden kaçmaya çalışıyordum: Yapmam gerektiğini bildiğim şeyi yapmaktan kaçınıyor, günlerimi kişisel bir anlama ya da değere sahip olmayan faaliyetlerle dolduruyordum.

Meleksi mevcudiyet bana "durubiliş" düşünce-aktarımı yoluyla, hepimizin aile ortamımızı seçtiğimizi açıkladı. Enkarnasyonlarımızdan önce, bizler gelişmemizi sağlayacak ve önceden-seçilmiş dersleri sunacak aile yaşamlarını seçiyorduk. Bazılarımız sabır, güç ve şefkat geliştirmek için zorlayıcı aileleri seçiyorlardı. Bazılarımız birkaç yaşamın derslerini bir yaşama sıkıştıran hızlı bir kurs görmek için kötü muamele görecekleri aileleri seçiyorlardı. Ben ise bir ruhsal öğretmen ve şifacı olarak yaşam-amacıma yardımcı olacak dersleri almak için bu aileyi seçmiştim.

Bu mesaj üzerinde düşündüm. Yavaş yavaş hava basıncı ve görüşüm normale döndü. Ama ben, en azından on dakika önce kendimi nasıl hissettiğime kıyasla,"normale" dönmemiştim. Bu ses ve mevcudiyet benim mesleğim, yaşamım ve kendim hakkındaki tüm bilinçaltı düşüncelerimi ve duygu-

larımı yüzeye çıkarmıştı. Eğer parlak gün ışığında bir aynaya baksaydım kendimi daha açık bir biçimde göremezdim.

Gerçek rehberlik bazen, benim örneğimde olduğu gibi, sevecen ama zorlayıcı ve açık bir biçimde gelir ve bu da onun kaynağından kuşku duymanızı önler. Ancak çoğunlukla ilahi rehberlik bu kadar açık ve zorlayıcı bir biçimde gelmez. Aslında, melekleriniz sizi kısır ya da sağlıksız davranışlarınızla yüzleştirirken bile, siz bunun koşulsuz sevgiden geldiğini hissedersiniz. Ben ayrıca bu ilahi yüzleştirmenin bizim yardım dualarımıza bir yanıt olduğuna inanırım. Bir başka deyişle, bu yüzleşmeyi biz kendimiz *rica etmişizdir.*

6. Gerçek rehberlik aşina gelir. Gerçek rehberlik çoğunlukla aşina gelir, size "Bunu biliyordum," duygusu verir. Bunun tam tersine, sahte rehberlik normal kişiliğinize, ilgi alanlarınıza, yaşam tarzınıza uymaz görünür. Yine, gerçek rehberlik de sizden biraz genişleyip esnemenizi, erişemeyeceğinizi düşündüğünüz yeni bir iş, ilişki ya da ev için girişimde bulunmanızı isteyebilir. Onun gerçek bir rehberlik olduğunu altta yatan "Güven ve iman duy" mesajından bilebilirsiniz. Sahte rehberlik ise tam tersine yüksek amaçlarınıza karşı çıkacak ve size, "Denemeye bile kalkma," diyecektir.

7. Gerçek rehberlik ikinci-şahıs terimleriyle konuşur. Çoğu ilahi rehberlik ikinci-şahıs kullanılarak ifade edilir. O sanki bir başka insan sizinle konuşuyormuş gibi gelecektir. O size isminizle seslenebilir ya da söze "Sen" diyerek başlayabilir. Sahte rehberlik ise ben-merkezci yöneliminden ötürü söze "Ben" diye başlar. Ego -gerçek sizin değil- *kendisinin* evrenin merkezi olduğuna inanır.

8. Gerçek rehberlik sıcak bir kucaklama duygusu verir. Eğer siz his-yönelimliyseniz, yani hissedişiniz daha güçlüyse -o ister sizi kuşatsın, ister içinizden gelsin- gerçek rehberliğe sıcak bir sevgi enerjisi eşlik eder. Biz ilahi rehberliği duygu-

sal ve fiziksel hisler yoluyla alışa "durusezi" ya da berrak-hissediş deriz. Sahte rehberlik alan bir durusezer kişi soğuk, iğne gibi batan, hatta acı verici hisler duyar.

9. Gerçek rehberlik destekleyicidir. Gerçek rehberlik, zaman zaman, size ilk başta korkutucu gelen haberler verebilir. Örneğin, melekler sizi yaklaşan bir iş değişikliğinden haberdar edebilir ya da bir ilişkinin sona ereceği konusunda uyarabilirler. Bununla birlikte, gerçek rehberlik size daima sevilip desteklendiğinizi de hissettirecektir. Bunun tam tersine, sahte rehberlik olası gelecek senaryoları hakkında nahoş fanteziler canlandırır. Bu ego mesajları size daima bir çaresizlik, sıkışma, kurban olma duygusu verirler. Gerçek rehberliği sahtesinden kendinize, "Bu mesaj beni güçlendirdi mi?" diye sorarak ayırt edebilirsiniz. Kuşkusuz, güçlenme bir başkasının zararı pahasına kazanma anlamına gelmez. Gerçek rehberlik herkesin kazandığı bir güçlenişi içerir.

10. Gerçek rehberlik isabetlidir. Gerçek ilahi rehberlik çok direkt ve isabetlidir. Tanrı mesajının anlamını berrak biçimde anlamanızı istediğinden gerçek rehberlik sözleri boşa kullanmaz ya da belirsiz, iki anlamlı mesajlar vermez. Sahte rehberlik bin dereden su getirir ve hevesli bir satıcıdan daha fazla bahane sunar. O üzerinize korku ve endişe içeren sözler yağdırır.

11. Gerçek rehberlik aniden ve tam olarak gelir. Gerçek rehberlik çoğunlukla -genelde bir duaya ya da meditasyona karşılık olarak- aniden, damdan düşer gibi ve tam bir bilgi topağı olarak gelir. Aldığınız rehberliğin gerçek mi sahte mi olduğunu sınamanın bir yolu da düşüncelerinizin izini geriye doğru sürerek kaynağa ulaşmaktır. Sizi bu rehberliğe ulaştıran bir düşünce zinciri var mı? Bu çoğunlukla ego'dan gelen bir rehberliktir. Yüksek-benlik rehberliği sorduğunuz bir soruya yanıt olarak gelebilir, ama o genelde ona götüren bir düşünce silsilesi içermez. Örneğin, birden yıllardır görmedi-

ğiniz eski sevgilinizi düşünürsünüz. Bu size o insanı aramanızı söylemeye çalışan gerçek bir rehberlik midir? Bunu bulmak için, o insanı düşündüğünüz noktadan itibaren düşüncelerinizin izini geriye doğru sürün. Bu eğer sahte bir rehberlikse, göreceksiniz ki, örneğin siz ilk önce bir film yıldızını düşündünüz, bu size onun oynadığı eski bir filmi hatırlattı, o da size o filmin oynadığı sinemaya eski sevgilinizle birlikte gidişinizi hatırlattı, ve bu da o insanla ilgili anılarınızı canlandırdı. Gerçek ilahi rehberlikte ise o insanı böyle bir düşünce zinciri olmadan, birden, hiç yoktan düşünürsünüz.

12. Gerçek rehberlik bizi asla başkalarının üzerine ya da altına koymaz. Sahte rehberlik çoğunlukla sizin başrolde bir kahraman olarak göründüğünüz senaryoları içerir. Ego sizi eğer onu izlerseniz herkesin size hayranlık ve saygı göstereceğine ikna etmeye çalışır. Sahte rehberlik sizi başrole koyar, ama bu sizi rekabete, saldırıya ya da başkalarının zararı pahasına kazanmaya zorlayan bir roldür.

Gerçek benlik size rehberlik yaptığında, siz farklı tipte bir rol oynayacaksınızdır. O size doğal yeteneklerinizle anlamlı bir katkıda bulunduğunuz senaryolar gösterir. Siz bu çabayı gösterirken maddi ihtiyaçlarınız karşılanır, ve diğer insanlar çalışmanızı takdir ederler. Ancak, sahte rehberliğiniz tarafından üretilen senaryoların aksine, gerçek benliğiniz sizi asla başka insanların üzerine çıkarmayacaktır. Onun tüm öğüdü Tanrı'nın herkesi eşit derecede sevdiği bilgisine dayanır.

Gerçek ve sahte rehberliğin her ikisi de yüzde yüz güvenilirdir. Gerçek rehberlik bize sürekli olarak güçlendirici öğütler verirken, sahte rehberlik daima bizi aceleci, düşüncesizce kararlar vermeye götüren korkuya-dayalı önerilerde bulunur. Bizim hedefimiz gerçek benliğimizin rehberliğinden gelen bilgeliği tanıyıp seçmektir. Arka sayfadaki çizelge gerçek ve sahte rehberliğin anahtar özelliklerini sunmaktadır.

GERÇEK VE SAHTE REHBERLİĞİN ÖZELLİKLERİ

GERÇEK REHBERLİK	SAHTE REHBERLİK
Olgun bir tona ve içeriğe sahiptir	*Olgunlaşmamış bir tona ve önerilere sahiptir.*
Tekrar tekrar aynı şeyi söyler	*Birdenbire konu değiştirir*
Yaşam amacınızdan ya da misyonunuzdan söz eder	*Başkalarıyla nasıl rekabet edebileceğinizden söz eder*
Hemen şu anda mutlu olmanızı ister	*Mutluluğu geleceğe ertelemenizi ister*
Güçlü ve yadsınması zordur	*Gizlice fırsat kollar ve sinsidir*
Size aşina gelir	*İlgi alanlarınıza ve yaşam tarzınıza uymaz görünür*
Genellikle "sen" der	*Sürekli olarak "Ben" sözcüğünü kullanır.*
Sevecen ve güçlendirici bir duygu verir	*Hevesinizi ve enerjinizi tüketir*
Sizi sıcak, sevecen bir enerji ile sarar	*Kendinizi soğuk, dikenli, yalnız ya da korkmuş hissetmenize yol açar*
Destekleyici ve harekete geçirici gibi gelir	*Saldırgan ve eleştirel sözcükler kullanır*
Onu yapabileceğiniz konusunda size güvence verir	*Güveninizi kırar*
Sizi güçlendirir	*Sizi zayıf düşürür*
Direkt ve isabetlidir	*Çok sözcük kullanır ve bahanelerle doludur*
Bir duaya karşılık olarak aniden gelir	*Bir endişeye karşılık olarak yavaş yavaş gelir*
Sizin başkalarıyla eşit ve bir olduğunuzu bilir	*Sizin başkalarından daha iyi ya da daha kötü olduğunuzu söyler*

ÜÇÜNCÜ KISIM

İlahi İletişim Kanallarınızı Nasıl Temizleyebilirsiniz

BÖLÜM 6

Dört Duru Kanal: İlahi İletişim Tarzınızı Keşfetmek

Siz hiç şu durumları yaşadınız mı?:

- Uyanıkken ya da uyurken zihninizde bir tablo ya da sahne görüp de sonra bunun gerçekleştiği oldu mu?
- Sizi yaklaşan bir tehlikeye karşı uyaran bir ses duydunuz mu?
- Bir durum ya da kişi hakkında daha sonra doğru çıkan güçlü bir his duydunuz mu?
- Birden ve açıklanamayacak surette bir şeyi "bildiniz" mi?

Bunlar Tanrı'nın ve ruh dünyasının bizimle iletişim kurduğu dört yolun örnekleridir. Bunu izleyen bölümlerde, Tanrı'yla kişisel iletişim tarzınızı nasıl tanımlayacağınızı anlatacağım. Ayrıca hemen dört ilahi rehberlik kanalını güçlendirmekte kullanabileceğiniz bilgiler vereceğim.

Dört Duru Kanal

Her insan ilahi rehberliği görüntü, ses, his ve düşünce yoluyla almanın dört yöntemine ya da kanalına sahiptir:

1. Durugörü, ya da "berrak görüş" ilahi rehberliği zihin gözünüzle başınızın içinde ya da dışında gördüğünüz resimler ya da minik filmler olarak getirir.

2. Duruişiti, "berrak işitiş" anlamına gelir, ve zihninizden ya da dışarıdan gelen rehberliği işitmeyi içerir. Bu içinizdeki "dingin, küçük sestir." O size kendi sesiniz gibi gelebilir de gelmeyebilir de.

3. Durusezi "berrak hissediş" anlamına gelir, ve ilahi rehberliği bir duygu olarak ya da bir koku, gerginleşen kaslar veya bir dokunuş gibi fiziksel bir duyum olarak almayı içerir.

4. Durubiliş ya da "berrak biliş" *nasıl* bildiğinizi bilmeden bir şeyi aniden bilmek anlamına gelir.

Biz ilahi bilgeliği, çoğunlukla, günlük deneyimlerimizde kullandığımız aynı iletişim kanalı ya da kanallarıyla alırız. Örneğin, eğer siz günlük faaliyetleriniz sırasında en çok *gördüğünüz* şeylerle ilgiliyseniz, görsel bir yönelime sahipsinizdir ve ilahi rehberliği büyük olasılıkla durugörü yoluyla alabilirsiniz. Eğer siz genelde insanların seslerine, müziğe, ve gürültülere dikkat ediyorsanız, işitsel bir yönelime sahipsinizdir ve ilahi rehberliği duruişiti yoluyla alabilirsiniz. Bazı insanlar dünyayı duyguları ve duyuları yoluyla deneyimler, ve bu his-yönelimli insanlar ilahi rehberliği durusezi yoluyla alabilirler. Deneyimlerinin altında yatan mesajlar ve anlamlar üzerinde odaklananlar ise daha bilme yönelimlidirler. Onlar ilahi rehberliği durubiliş yoluyla alırlar.

Tüm kanallar doğru ve yararlı bilgi almakta eşit derecede verimlidir. Seminerlerime katılanların genelde durugörü kanalını geliştirmek istemelerine karşın, hiçbir kanal diğerlerinden üstün değildir. Durugörü, diğer kanallar gibi, gelecek bölümlerde okuyacağınız yöntemlerle açılıp güçlendirilebilir.

Herkes bu dört kanalın hepsiyle ilahi rehberlik alma kapasitesine sahiptir. Ancak, spiritüel yola yeni girenlerin genelde önce sadece bir ya da iki kanalları açılır. Zamanla ve uygulamayla, onlar yavaş yavaş diğer kanalları da açarlar. Başlangıçta, size doğal gelen bir ya da iki iletişim kanalı üzerinde odaklanmak en iyisidir. Bu kanallara alıştıktan sonra diğerlerini de doğal olarak açarsınız.

İlahi İletişim Tarzınızı Bulma: 1. Alıştırma

İşte mevcut ilahi iletişim kanallarınızı belirlemenize yardımcı olacak bir alıştırma. Soruları yanıtlarken uzun uzadıya düşünmeden aklınıza gelen ilk yanıtı kullanın.

1. Yeni tanıştığım bir insanda ilk fark ettiğim şey:

a) O insanın nasıl göründüğüdür (örneğin yüz ifadeleri, saç stili ya da giyim tarzı gibi).

b) O insanın sesinin tonu ve yüksekliğidir.

c) O insanla birlikteyken kendimi rahat hissedip hissetmediğimdir.

d) O insanın bana anlatacak ilginç bir bilgiye sahip olup olmadığıdır.

2. Gerçekten zevk aldığım son filmde şunlar vardı:

a) güzel bir manzara ya da çekici oyuncular.

b) harika bir müzik ve etkileyici sesler.

c) beni duygusal olarak etkileyen ve harika bir duygu veren bir öykü.

d) bana yeni bir şey öğreten harika bir mesaj.

3. Bu sözlerden en çok hangisini söylersiniz?

a) "Ne demek istediğinizi görüyorum."

b) "Ne dediğinizi işitiyorum."

c) "Ben durum hakkında böyle hissediyorum."

d) "Bunun hakkında düşünmeliyim."

4. Bir sorunu çözerken, büyük olasılıkla:

a) farklı olası çözümleri gözümde canlandırırım.

b) bir çözüme ulaşıncaya dek kendi kendime konuşurum.

c) huzura kavuşana dek durum üzerinde düşünüp taşı-

nırım.

d) zihnimde bir yanıtın belirmesini beklerim.

5. İdeal mesleğim şunları içerir:

a) resim, çizim ya da heykel yapmak, fotoğraf çekmek, mimarlık ya da film yönetmenliği yapmak gibi sanatsal çalışmalar.

b) müzik bestelemek, çalmak ya da konuşmalar vermek.

c) danışmanlık, şifacılık yapmak, dans etmek ve/veya şiir yazmak.

d) araştırma, bilim; kurgusal olmayan kitaplar ya da makaleler yazmak, doktorluk yapmak ya da bir şeyler icat etmek.

6. Doğada en çok sevdiğim şey:

a) güzel çiçekler, ağaçlar ve diğer manzaralar.

b) kuşların, hayvanların, dalgaların ve rüzgârın sesi.

c) güzel kokular ve temiz hava.

d) ben doğaya pek çıkmam, ama tek başıma açık havada zaman geçirmekten hoşlanırım.

7. Kendimle ilgili olarak en çok geliştirmek istediğim şey:

a) dış görünüşüm.

b) sesim.

c) kendi hakkımdaki duygularım.

d) en sevdiğim konu hakkındaki bilgim.

8. Elime biraz fazla para geçince yapacağım ilk şey:

a) bir resim, bir mücevher parçası, ya da yeni mobilya gibi yaşamımı güzelleştirecek bir şey almaktır.

b) en sevdiğim müzisyenlerin konserine en ön sıradan bilet almaktır.

c) bir tatile çıkıp yenilenmektir.

d) bilgisayar sistemimin kalitesini yükseltmektir.

9. Yaşayan ya da ölmüş herhangi bir ünlü kişiyle karşılaşabilecek olsaydım, en çok şununla karşılaşmayı isterdim:

a) en sevdiğim film yıldızı.

b) en sevdiğim müzisyen.

c) kitabı bana çok iyi duygular vermiş bir yazar.

d) tarihin akışını değiştiren ünlü bir mucit.

10. Lokantalarda beni en çok sinirlendiren şey onların:

a) yemek listesini ve arkadaşlarımı görmemi zorlaştıracak kadar loş olmaları.

b) masadaki konuşmayı işitmemi zorlaştıracak kadar gürültülü olmaları.

c) gevşeyip zevk almamı zorlaştıracak kadar kalabalık olmaları.

d) yemeği neden evde yemek yerine dışarda yiyeceğimi anlamamı zorlaştıracak kadar pahalı olmaları.

11. Şunu yaparak gevşemeyi severim:

a) televizyon ya da bir film izleyerek.

b) müzik dinleyerek.

c) sıcak su dolu bir küvete girerek.

d) iyi bir kitap okuyarak.

12. Tatile çıktığımda, en çok şunlara vakit harcarım:

a) fotoğraf ve/veya video çekmeye.

b) bölge sakinleriyle konuşmaya.

c) lezzetli yerel mutfağın tadına bakmaya.

d) bölgenin tarihini öğrenmeye.

13. Yeni bir araba alacağım zaman en çok önem verdiğim şey:

a) onun görüntüsüdür: stili, rengi ve tasarımı.

b) motorun sesi, müzik sisteminin kalitesi, ya da iç kısmın sessizliğidir.

c) onu kullanırkenki rahatlığım ve aldığım zevktir.

d) bu arabayı *Consumer Reports, Car&Driver* gibi tüketim araştırmacılarının nasıl değerlendirdiğidir.

14. İş yerimin sahip olması gereken en önemli şey:

a) yeterli ışıklandırma.

b) sessiz olması.

c) rahat olması.

d) bir bilgisayar modemi için özel bir telefon hattına, ya da İnternet'e girebilmek için gerekli diğer unsurlara sahip olması.

15. Çocukken gittiğim sirkten en çok hatırladığım şey:

a) palyaçoların ve büyük çadırın görüntüleri.

b) org müziğinin, çocukların kahkalarının, sirk sunucusunun sesleri.

c) patlamış mısırın ve hayvanların kokuları.

d) gerili ip üzerinde yürüyen cambazların ve akrobatların dengelerini nasıl koruduklarını merak edişim.

Şimdi işaretlediğiniz "a" yanıtlarını, "b" yanıtlarını ve diğerlerini sayın. Eğer en çok "a" yanıtlarını işaretlemişseniz, siz görsel bir yönelime sahipsinizdir; "b" yanıtlarının çokluğu işitsel bir yönelimi gösterir; "c" yanıtlarının çokluğu hissedişsel bir yönelimi gösterir; ve "d" yanıtlarının çokluğu da bilişsel bir yönelimi gösterir. Bu yönelimlerden hiçbiri diğerlerinden üstün ya da aşağı değildir; onlar sadece bizim dünyayla ilişki kurduğumuz doğal yollardır.

Eğer siz, örneğin, "b" ve "c" yanıtlarında eşit ya da eşite-yakın bir sayı elde etmişseniz, bu sizin iki çok-açık ilahi

iletişim kanalına sahip olduğunuz anlamına gelir. Bu örneğe göre, yanıtlarınız sizin hem sese hem de hislere yönelimli olduğunuzu gösterecektir. Çoğu kişi bir birincil, ve bir de ikincil yönelime sahip olduğunu, ve diğer iki yönelimin çok az yanıt aldığını görür. Örneğin, siz yedi "a" yanıtını, dört "b" yanıtını, iki "c" yanıtını, ve iki "d" yanıtını işaretlemiş olabilirsiniz. Bu sizin çok görsel, biraz işitsel, ve çok az his ve düşünce yönelimli olduğunuzu gösterecektir.

Doğal İletişim Tarzınızı Bulmak: 2. Alıştırma

Doğal iletişim tarzınız hakkında daha çok şey öğrenmek için, aşağıdaki senaryoyu okurken ona nasıl tepki ve karşılık verdiğinize çok dikkat edin:

Küçük bir uçaktan tropikal bir adanın havaalanına indiğinizde duyularınız yoğun bir zevkin bombardımanına uğrar. Parlak çiçek baskılı bir giysi giymiş çekici bir adalı boynunuza mor orkidelerden oluşan bir kolye takarak sizi selamlar. Siz ona teşekkür ederken, uzaktan "Hona Hona Lei" şarkısını çalan güzelim Hawaii kitarasının sesini duyarsınız. Nemli bir tropikal esinti teninizi yalayıp geçerken size Hawaii orkidelerinin güzel kokusunu getirir. Adeta bir cennette olduğunuzu hissedersiniz. O anda, bu adada sürekli olarak kalabilmek için ne tür bir iş yapabileceğinizi düşünürsünüz.

1. Şimdi bir an durup bu tropikal ada sahnesini hatırlayın. Zihninizde en çok ne öne çıkıyor?

a) Parlak çiçek desenli giysi giymiş, elinde mor çiçeklerden oluşan bir kolye tutan çekici adalının görüntüsü.

b) Hawaii kitara müziğinin sesi.

c) Nemli havanın verdiği his, güzel çiçek kokuları, ve dingin, cennetvari bir atmosfer.

d) O adada kalabilmek için bir iş arama düşüncesi.

Daha önce de olduğu gibi, "a" görsel bir yönelimle, "b" işitsel bir yönelimle, "c" hissedişsel bir yönelimle, ve "d" de düşünsel bir yönelimle ilişkilidir.

Zihninizde en berrak biçimde öne çıkan şey sizin dünyayla doğal ilişki kurma biçiminizin bir başka göstergesidir. Siz fiziksel dünyayla nasıl ilişki kuruyorsanız, ruhsal dünyayla da öyle ilişki kurarsınız. Semavi âlem dört iletişim kanalını da kullanır, ancak biz genelde sadece doğal olarak alıcı olduğumuz kanalları fark ederiz.

İlahi İletişim Tarzınızı Bulmak: 3. Alıştırma

İlahi iletişim tarzınızı bulmak için bir başka yöntemi deneyelim.

1. Rahat bir biçimde oturun.

2. Üç kez derin bir biçimde soluk alın.

3. Göğsünüzün içine odaklanın. Kalbinizin çevresinde bir sıcaklık ya da bir genişleme hissi duyabilirsiniz.

4. Zihinsel olarak çevrenizdeki meleklerin farkında olun. Siz iki ya da daha fazla koruyucu meleğe sahipsiniz. Onlar doğumunuzdan beri sizinle birliktedir, ve bedensel ölümünüze dek sizinle birlikte kalacaklardır. Onların mevcudiyetini sağ ya da sol omzunuzun çevresindeki hava basıncında ya da ısıda bir değişiklik olarak hissedebilirsiniz. Bumevcudiyeti pırıldayan ya da yanıp sönen bir ışık olarak görebilirsiniz. Zihninizde tatlı bir müzik nağmesi ya da sevgiyle fısıldayan bir ses işitebilirsiniz. Ya da sadece, nasıl bildiğinizi bilmeden, meleklerin sizinle birlikte bulunduklarını *bilebilirsiniz.*

5. Meleklere, "Lütfen sol omzumun üzerindeki koruyucu meleğin ismini söyleyin," deyin.

6. Size gelen yanıta dikkat edin. İsmin bir görüntüsünü mü *gördünüz?* Yanıtı *işittiniz* mi? Yanıtın ne olduğuyla ilgili

bir *his* mi duydunuz? Yoksa bu bir *biliş* miydi?

7. Beşinci basamağı tekrarlayarak, " Lütfen bana sağ omzumun üzerindeki koruyucu meleğin ismini söyleyin," deyin.

Eğer hiçbir yanıt alamazsanız, bu alıştırmayı kısa bir süre sonra yine deneyin. Bu alıştırma sırasında yanıt alınmamasının en yaygın nedeni sizin bir yanıtın gelmesini aşırı zorlamanızdır. Herhangi bir şeyi olmaya zorlama eylemi sizi ego haline koyar, ki bu da ilahi iletişime izin vermez. Bu yüzden, ilahi rehberliği kovalamak yerine, gevşeyip onun size gelmesine izin vermek önemlidir.

İlahi İletişim Tarzınızı Bulmak: 4. Alıştırma

1. Şimdi bir başka soruyu deneyelim. Daha önce olduğu gibi, rahat bir biçimde oturup birkaç derin soluk alın. Sonra, dikkatinizi içinize yöneltin ve meleklerinize, "Beni hayatımda nasıl değişiklikler yapmaya yönlendireceksiniz?" diye sorun.

2. İsterseniz derin bir nefes daha alın, ve gelen şeye dikkat edin. Kendinizi bir değişiklik yaparken gördüğünüz, örneğin bir resim ya da film gibi bir vizyon mu aldınız? Size yaşamınızı iyileştirmek için bazı adımlar atmanızı öğütleyen gerçek-dolu ve sevecen bir ses mi işittiniz? Hayatınızın bir alanının iyileştirilmeye ihtiyacı olduğunu bildiren bir sezgi mi aldınız? Yoksa hayatınızı nasıl daha anlamlı ve doyumlu kılabileceğiniz hakkında size talimatlar veren bir biliş ya da fikir mi aldınız?

Yine, hepimiz bu dört kanalın hepsinden ilahi rehberlik alma kapasitesine sahibiz. Bu yüzden siz, örneğin, bir hisle karışık bir vizyon alabilirsiniz. Semavi âlemden gelen rehberliği *nasıl* aldığınız önemli değildir. Önemli olan sizin onu

fark etmeniz, onun ilahi bir kaynaktan geldiğini belirleyebilmeniz, ve ona göre davranmanızdır. Sonraki bölümlerde ilahi rehberliği izlemenizi engelleyen korkuları, kuşkuları ve güvensizliği yenmenin yollarından da söz edeceğiz.

İlahi Rehberlik Nasıl İstenir

Derin nefes almanın üzerinde durmamın nedeni onun ilahi rehberlikle bağlantı kurmakta bir anahtar etken olmasıdır. Breath (nefes) sözcüğü "ruhu içine çekme" anlamına gelen "inspire" (nefes alma, içine çekme, ilham etme) kökünden gelir. Siz derin bir biçimde nefes alırken gerçekten ruh dünyasını bedeninize çekmektesinizdir.

Bir yıldırım çarpmasıyla ölümden dönme deneyimi yaşayan ve *Işık Tarafından Kurtarılmış* adlı kitabın yazarı Dannion Brinkley ile karşılaştığımda, o bana nefesin gücü hakkında daha da çok şey anlattı. Dannion ruh dünyasından nefesimiz yoluyla rehberlik aldığımızı söyledi. Nefes almayı "yuvaya telefon etmeye" benzetti. Belki birçok spiritüel disiplinin dua ve meditasyon sırasında derin nefes almanın önemini vurgulamasının nedeni budur.

Bilinçli olarak ilahi rehberlik isterken atılacak ilk adım hızınızı biraz yavaşlatarak birkaç derin nefes almaktır. Birçoğumuz, özellikle gergin durumlarda nefesimizi tutarız ya da sığ bir biçimde nefes alırız, yani soluruz. Oysa bunlar derin nefes almanın bize en çok yardımcı olacağı durumlardır! Yardıma ne kadar çok ihtiyacınız varsa, nefes alışınız da o kadar derin olmalıdır.

Sonraki birkaç saat boyunca ara sıra nefes alışınızı gözlemleyin. Ara sıra, nefes alış derinliğinize ve hızınıza dikkat edin. Kendinize, "Nefesimi tutuyor muyum, yoksa bu nefis havayı dolu dolu içime çekiyor muyum?" diye sorun.

Şimdi diyaframınızdan derin bir biçimde nefes alma

alışkanlığını geliştirmeye karar verin. Nefessiz kalmadan, burnunuzdan mümkün olduğunca çok hava çekin. Sonra havayı ağzınızdan vererek yavaş yavaş ciğerlerinizi boşaltın.

Hazır olduğunuzda, ikinci adım Tanrı'ya yanıtlamasını istediğiniz bir soru sormaktır. Bu soruyu yüksek sesle, zihinsel olarak, ya da bir yere yazarak sorabilirsiniz. Sonraki bölümlerde Tanrı'ya sorularınızı en yararlı yanıtları alabilecek şekilde yöneltmenin belirli yollarından söz edeceğiz. Şimdilik, en iyi başlama noktası sorularınızın gerçekten dürüst olduğundan emin olmanızdır. Aksi takdirde, zihnen Tanrı'ya sormanın "doğru" olduğuna inandığınız bir soru sorarken, yüreğinizde farklı, daha dürüst bir soru barındırıyor olabilirsiniz. Tanrı daima yüreğimizde barındırdığımız soruları ve duaları yanıtlar. O hakkımızda her şeyi bildiğinden, ilahi rehberlik isterken tamamen içten ve dürüst olabiliriz.

Üçüncüsü, bir yanıt almak için zorlamayın. Kendinizi bırakıp, Tanrı'nın tüm işi yapmasına izin vermeye çalışın. Bu tutum gösteriyi yönetmeye alışık olanlarımıza yabancı görünebilir. Birçoğumuz başkalarından, hatta Tanrı'dan bile yardım istemekte ve kabul etmekte zorlanırız! İkinci Bölüm' de sözünü ettiğimiz gibi, eğer siz içinizden Tanrı'nın yardımını hak etmediğinizi ya da buna layık olmadığınızı hissediyorsanız, ilahi rehberlik istemekte de zorlanabilirsiniz.

Semavi âlem bu ego'dan-kaynaklanan korkuları kolayca ortadan kaldırabilir. Böylece dördüncü adım Tanrı'dan sizi ilahi rehberlikle ilgili korkulardan kurtarmasını istemektir. İçinize dönün, birkaç derin nefes alın ve 114. sayfadaki duayı söyleyin:

KORKULARDAN KURTULMAK İÇİN
DUA

Çok Sevgili Tanrım,

Senin rehberliğini, yardımını ve sevgini almamı engelleyen tüm korkularımdan kurtulmak istiyorum. Lütfen Senin sevincini bilmemi önleyen her türlü engeli ortadan kaldırmama yardım et.

Teşekkür Ederim ve Amin.

Sorunuzu sorup her türlü korku engelini ortadan kaldırdıktan sonra, bir sonraki adımınız, size gelen yanıtları alabilmek için çok-uyanık olmaktır. Artık ilahi iletişim tarzınızı fark ettiğinize göre, eğer görsel eğilimliyseniz zihinsel bir resim beklemelisiniz; daha çok işitsel eğilimliyseniz bir içsel ya da dışsal ses işitmeyi beklemelisiniz; eğer hissetme eğilimliyseniz bir izlenim, bir içgüdü ya da bir sezgi almayı beklemelisiniz; eğer akli eğilime sahipseniz aniden bir fikrin ve anlayışın gelmesini beklemelisiniz.

Bundan sonraki bölümlerde, bu dört ilahi iletişim kanalının her birini tam olarak açmanın yöntemlerini anlatacağım. Siz bu arada bazı müşterilerimi tanıyacak ve onların gerçek ilahi rehberliği ego'larının sesinden ayırt edecek yolları nasıl keşfettiklerini öğreneceksiniz.

BÖLÜM 7

İlahi İletişim Kanallarını Açmaya Karar Verme

Artık ilahi iletişiminizin doğal biçimini fark ettiğinize göre, bu kanalı ya da kanalları daha fazla açmaya başlamanızın zamanıdır. Siz ayrıca ilahi iletişimin geriye kalan kanallarını da açabilirsiniz. Bizim tam bir durugörür, duruişitir, durusezer ve durubilir olmamız doğal bir şeydir. Bunu izleyen bölümlerde tarif edilen adımları atarak, dört ilahi iletişim kanalını daha da fazla açabilir, ve semavi âlemden gelen rehberliği fark edip anlamakta ve izlemekte hiç zorlanmayabilirsiniz.

İlahi iletişim kanallarını daha da çok açmanın ilk adımı onları açmaya karar vermektir. Bu semavi âlemin size sunduğu rehberliği görmeyi, işitmeyi, hissetmeyi ve bilmeyi istediğiniz anlamına gelen zihinsel bir işlemdir. Bu niyeti hızla ilahi rehberliği berrak bir biçimde alma deneyimi izler.

Bu karar verme işlemiyle başlamanın önemli olmasının nedeni, sizin yol boyunca bir yerde ilahi rehberliğe kanallarınızı kapatmaya karar vermiş olmanızdır. Tüm çocuklar gibi, siz de bu dört kanalın hepsiyle semavi âlemden bilgi alma yeteneğiyle doğmuşsunuzdur. Yetişkinlerin ilahi rehberliği berrak bir biçimde alamamalarının tek nedeni bizim bu kanalları kapatmayı seçmiş olmamızdır. Allahtan, semavi âlemle bağımızı yeniden kurmayı da seçebiliriz.

İlahi İletişimin İlk Adımları

1. İlahi rehberliği gerçekten arzu ettiğinizden emin olun.

2. Bu konuda korkularınız ve kuşkularınız varsa onlardan kurtulmak için semavi yardım isteyin.

3. İçinizde sessizleşin.

4. Birkaç derin nefes alın.

5. İçtenlikle bir yanıt almayı arzu ettiğiniz soruyu sorun.

6. Kendinizi bırakın; bir yanıt (ya da istediğiniz yanıtı) almak için zorlamayın.

7. Kendi ilahi iletişim tarzınızı -görsel, işitsel, hissedişsel, bilişsel- bilin ve aniden gelen imgelere, mesajlara, sezgilere ya da fikirlere dikkat edin.

Çocukken Doğal Olarak Açıktık

Belki siz çocukken durugörü deneyimleri yaşadığınızı hatırlıyorsunuzdur. Birçok çocuk kendisinin ya da ana-babasının "görünmez dostlar" dediği melekleri ve rehber ruhları gördüğünü bildirir. Ohio Devlet Üniversitesi'nden Dr.William MacDonald 1995 yılında yaptığı bir çalışmanın sonucunda çocukların yetişkinlerden daha çok gerçekliği kanıtlanabilir durugörü deneyimi yaşadıkları sonucuna varmıştır.*

Eğer hepimiz doğuştan durugörü yeteneğine sahipsek, neden birçoğumuz melekleri ya da geleceğimizi görmekte zorlanıyoruz? Ben durugörünün önündeki engellerin ruhsalgörümüzü kapatma kararımızdan kaynaklandığını keşfettim. Size kendi çalışmamdan bu kapatma sürecinin bir örneğini verecek bir vaka incelemesi sunacağım:

LİBBY

Libby yedi yaşındayken, anne-babasının boşandıklarını gördüğü zihinsel bir vizyon almıştı. Bu vizyonda, Libby annesiy-

*William L. Macdonald, "The effects of religiosity and structural strain on reported paranormal experiences," *Journal for the Scientific Study of Religion* 34 (1995) 366-76.

le birlikte evlerinden ayrılıp küçük ve karanlık bir apartman dairesine taşındıklarını görmüştü. Vizyon Libby'nin babasının ona ve annesine yabancılaşmaya başladığını gösteriyordu.

Libby bu vizyona "Hayır!" diye bağırarak karşı çıkmıştı. Bu vizyon onu çok korkutmuştu. Vizyon daha sonra gerçekleşip de anne-babası boşanınca, Libby bu olaya gördüğü vizyonla kendisinin neden olduğunu düşünmeye başlamıştı. Ve bir daha asla bir vizyon görmemeye bilinçli olarak karar vermişti. O günden sonra da, Libby başka bir durugörü deneyimi yaşamamıştı.

Bana ruhsal danışmanlık yapmam için geldiğinde, Libby otuz-yedi yaşındaydı ve tüm bu olayı unutmuştu. Benden ruhsal şifa ve ilahi iletişim yeteneklerini uyandırmasına yardım etmemi istedikten sonra bu olayı hatırladı. Ben Libby' nin meleklerinden yardım istedim, ve onlar bana az önce anlattığım sahneyi gösterdiler. Libby bu çocukluk deneyimini hatırladığında, küçük bir kızken verdiği kararın onu yetişkinlik dönemine kadar izleyebilmesine çok şaşırdı. Ondan sonra birlikte Libby'nin hapsedilmiş duygularını salıvermesi üzerinde çalıştık.

Birçok genç durugörüsünü kasten kapatır. Libby gibi, gördükleri gelecek bazılarını korkutur. Bazıları da melekleri ya da ölmüş yakınlarını gördüklerinde korkarlar. Bazı ana-babalar da çocuklarına böyle ruhsal vizyonların şeytan işi ya da yanlış olduğunu söylerler.

Benim kendi durumumda, sevgili annem semavi âlemle temas kurmak için duruseziyi ve duruişitiyi kullanan yetenekli bir ruhsal şifacıydı. Durugörüsü açık olmadığından, annem ruhları ya da melekleri görmezdi. Ben bir çocukken ona her yerde saydam insanlar gördüğümü anlattığımda, annem bana bunların hayal gücümden kaynaklandığını söyle-

mişti. Ben de, "Eh, annem daima haklıdır," diye düşünmüştüm. Ve böylece, bir yetişkin olarak durugörümü tekrar açmaya karar verene dek, ruh dünyasını görmemi sağlayan farkındalığımı kapatmıştım.

Çocukluk çağında verilen bu kararları etkisiz hale getirmek için bizim ruhsal-görümüzü kapatma seçimimizi kuşatan ifade-edilmemiş duyguları salıvermemiz gerekir. Bu çığlıklar atmak ve eşyayı tekmelemek şeklinde bir boşalım anlamına gelmez. Daha çok, bu ilk başta kaçtığımız hislerle dürüstçe yüzleşmek anlamına gelir.

Libby'nin durumunda, o anne-babası boşandığında hissettiği korku ve suçluluk duygusunu kendi kendisine itiraf etmek zorundaydı. Libby'nin ayrıca babasına karşı olan bağışlamazlığını da bırakması gerekiyordu. Bir kez duygularıyla yüzleşince, Libby onları kolayca bıraktı. Vicdanı temizlenince, Libby'nin durugörüsü kendiliğinden yeniden açıldı.

MARCO

Bir başka müşterim, Marco, çocukken halasının ölümünü önceden bilmiş, bu olay gerçekleşince de ailesi tarafından cezalandırılmıştı. Annesi bu bilişi "şeytanın işi" olarak nitelendirmiş, ve halasının cenaze töreninin ertesi günü Marco'yu odasına kilitlemişti. Ondan sonra da devam ettikleri kilisenin vaizi Marco'yu ziyaret ederek ona şeytanla konuşmayı bırakmasını, yoksa ruhunu ebediyen yitireceğini söylemişti.

Kafası karışmış ve korkmuş bir halde, Marco önceden bildiği şeyler hakkında konuşmayı bırakmıştı. İlahi bir biçimde ilham edilen bir fikir ya da biliş aldığında, bu mutlu bir şey olsa bile, Marco onu görmezden gelmişti. En sonunda da ruhsal bilişiyle ilgili tüm farkındalığını yitirmişti.

Marco iş hayatına atılınca, çocukluk durubilişini yeniden uyandırmak istedi. Her şeyden sonra, Marco çocukken

önceden bildiği her şeyin doğru çıktığını görmüştü. Hem iş toplantıları sırasında da bu içgörüyü kullanabilirdi. Marco'nun şimdiki dini inançları korkuya-dayalı değildi. O artık vizyonlarının şeytandan geldiğine inanmıyor ya da bundan korkmuyordu. "Ayrıca," dedi Marco bana, "eğer bir şeytan varsa, o varsayıldığı gibi daima yalan söylediğinden, onun benimle konuşup konuşmadığını bilebilirim. Benim içgörülerim daima doğru çıktı, bu yüzden onların herhangi bir karanlık taraftan gelmiş olmaları mümkün değil!"

Ben Marco'nun çocukluğunun dini inançlarına ve o vaize karşı epey horgörü ve yargı taşıdığından kuşkulandım. Ruhsal danışmanlık seanslarımız sırasında bu kuşkularım doğrulandı. Marco'ya durubilişinin yeniden uyanabilmesi için çocukluk yargılarından kurtulması gerektiğini açıkladığımda, o kilisesine, annesine ve o vaize karşı bağışlamazlığını bırakmaya gönüllü oldu. Zihnini bu katı yargılardan temizledikten sonra, bir hafta içinde Marco yararlı ruhsal içgörüler ve fikirler almaya başladığını bildirdi.

Yetişkinlik Döneminde İlahi Rehberliğe Kapanmak

Kuşkusuz, ilahi rehberlik kanallarını kapatma kararı sadece çocuklukta verilmez. Birçok müşterim duru kanallarını yetişkin yaşta isteyerek kapatmıştır. İşte size iki örnek:

LENORE

Lenore bir sağlık bakım şirketinde beş müdür için çalışan ve yüksek bir ücret alan bir müdür yardımcısıydı. Maaşının yanı sıra sağlık sigortasına, ücretli izne ve emeklilik hakkına da sahipti. Lenore'nin çocuklarını bir randevuya götürmek ya da okuldan almak için izne ihtiyacı olduğunda müdürleri ona çok esnek davranıyorlardı. Tek sorun Lenore'nin işine dayanamamasıydı.

O kendi işini kurmayı hayal ediyordu. Yıllar içinde bir iş plânı geliştirmiş, epey para biriktirmiş ve kendi pazarını yaratmak için sağlam fikirler oluşturmuştu. Ancak güvenli gelirinden vazgeçip kendi kendinin patronu olmanın güvensizliğini yaşamaktan o kadar çok korkuyordu ki bu konuda bir şey yapamaz hale gelmişti.

Lenore yardım almak için bana geldi. Meleklerinin bu işle ilgili olarak ne diyeceklerini bilmek istiyordu. Okuma sırasında ben Lenore'ye meleklerinin olumlu yorumlarını aktarınca, o başını "evet" anlamında salladı. Melekler eğer o bu yeni işe girişirse onun, müşterilerinin ve çocuklarının bunun yararını göreceklerini açıkça söylüyorlardı. Lenore yine başını salladı. O meleklerinin bana bunu söyleyeceklerini biliyordu.

Bununla birlikte, o henüz bu geçişi yapmaya hazır değildi. Lenore biraz daha konuşunca, korkularının nedenini keşfettim. Lenore o güne dek tüm önemli kararlarında her bir seçimi "deneyebildiğini" açıkladı. O zaman her bir kararın nasıl sonuçlanacağını berrak bir biçimde hissedebiliyor, ve doğru gelen seçimi yapıyordu.

"Bu kez, hiçbir şey hissedemiyorum," diye yakındı bana. Lenore aslında son beş-altı yıldır hiçbir sezgi hissetmemişti. Ona bunun bu işte geçirdiği süreye denk gelmesinin bir rastlantı olduğunu mu düşündüğünü sordum.

Sonuçta Lenore'nin durusezisini koruyucu bir mekanizma olarak kapatmış olduğunu keşfettik. Lenore işini bırakmayı ne kadar umutsuzca arzu ettiği gerçeğiyle yüzleşmek istemediğinden, ona hiçbir hisle yüzleşmemek daha kolay gelmişti. O, bilinçsiz olarak, mevcut mutsuzluğu hakkında kendi kendisine yalan söylemeyi sürdürebilmek için durusezisinin kapalı kalmasını istemişti.

İlahi rehberliğinin kanalını tekrar açmak cesaret gerektirdi. Lenore, içgüdüsel olarak, eğer işiyle ilgili hoşnutsuzlu-

ğunun derinliğini kabul ve tasdik ederse sonunda bu işten ayrılmak zorunda kalacağını biliyordu. O yüzden durusezisini yeniden uyandırmaya gönüllü olmadan önce bu durumla yüzleşmeye hazır olmalıydı. Bir kez hazır olunca, ve kontrolü yitirme korkusundan kurtulunca, Lenore'nin ruhsal hisleri neredeyse anında tekrar ortaya çıktı.

Bir başka müşterim, Catherine ahlaka aykırı ve sağlıksız olarak gördüğü bir durumu sürdürebilmek için duruişitisini kapatmıştı.

CATHERİNE

Catherine geçirdiği araba kazasından sonra, omurga masajı ile tedavi yapan (chiropractor) Dr. Ron'u ilk kez gördüğünde onun son derece çekici bir erkek olduğunu düşünmüştü. Haftada iki gün yaptıkları seanslar sırasında Catherine giderek ona çekildiğini hissediyordu. Belki bu onun yumuşak dokunuşlarından, sırtındaki gerginliği rahatlatmasından ya da dostça bakışlarından kaynaklanıyordu. Randevularında Dr. Ron onunla giderek daha çok konuşuyordu, ve çok geçmeden Catherine'e evliliğiyle ilgili sorunları da anlatmaya başlamıştı.

Catherine, kendi evliliği kocasının başka bir kadınla kurduğu ilişki yüzünden sona erdiğinden evli erkeklerden daima uzak dururdu. O bunu bir başka kadına yapamazdı! Böylece Catherine içinde çalkantılar yaşamaya başladı. Bir yandan, doktoruyla randevusunu aşık bir genç kız gibi heyecanla bekliyordu. Öte yandan, Dr. Ron'la giderek bir ilişkiye doğru sürüklendikleri olgusuyla yüzleşmeyi reddediyordu.

Bu sıralarda Catherine beni görmeye geldiğinde biz onun işi hakkında ruhsal danışmanlık üzerinde odaklanmayı programlamıştık. Catherine'i birkaç aydan beri görüyordum, ve onu son derece spiritüel ve ilahi rehberliğine derinden

bağlı biri olarak tanımıştım. Ancak, bu seansta onun ruhsal bağlantıları aşikâr biçimde kapalıydı. Catherine'e işiyle ilgili olarak nasıl bir ilahi rehberlik aldığını sorduğumda, düş kırıklığı yaratacak biçimde çok az şey aldığını bildirdi.

O sırada meleklerinden Catherine'e omurga tedavisiyle ilgili soru sormam yönünde bir dürtü aldım. Bu konuda soru sormaya niye yönlendirildiğimi bilmememe rağmen, meleklere güvendim, ve çok geçmeden bu konunun Catherine'in ilahi iletişim kanalının kapanmasıyla çok ilişkili olduğunu anladım.

Catherine ile çalışmalarım bana onun öncelikle duruişitir olduğunu gösterdiğinden, kendisine, "Doktorla randevun sırasında hoşlanmadığın ve kapanmana neden olan nasıl bir rehberlik işittin?" diye sordum.

Catherine'in bir an soluğu kesildi, sonra bir iç geçirdi. Birkaç dakika sonra, bu evli adamla bir aşk ilişkisine girmesinin ona duygusal olarak acı çektireceği yönünde açık bir uyarı işittiğini söyledi. Böylece, bilinçsiz olarak, bu sözlerin farkındalığından çıkmasını istemişti. Bu şekilde bu ilişkiye doğru giderek daha çok sürüklenirken kendi kendine bundan habersizmiş gibi davranabilecekti. Eğer duruişiti kanalını kapalı tutarsa, bu uyarıları da duymamış olacaktı.

Ne yazık ki, Catherine esas ruhsal iletişim kanalını hayatının bir alanıyla ilgili olarak kapatınca, tüm alanlarına karşı da kapatmış olmuştu. Bu zaman esnasında, işi giderek daha başarılı olurken, o ilahi rehberliğe çok ihtiyaç duyuyordu. Böylece Catherine Dr. Ron'la ilgili belirsiz hisleriyle yüzleşmeye karar verdi. Seansımız sırasında bir kez hislerini tam olarak irdeledikten sonra, Catherine artık omurga tedavisine gitmemeye karar verdi. Seansımız sırasında semavi âleme, "Gerçeği yeniden işitmek istiyorum!" dedi. Bir ay sonra Catherine ile tekrar konuştuğumda, bana ruhsal işitisinin tamamen düzeldiğini bildirdi.

Umarım hiç kimse Catherine'in öyküsünden onun cezalandırıldığı ya da duruişitisinin ahlaki nedenlerden ötürü kesildiği sonucuna varmaz. Catherine sadece *kendi* ölçütlerine karşı koyduğu gerçeğiyle yüzleşmek istemediği için duruişitisini kendisi kapamıştı. Bu şekilde, eylemlerinin sorumluluğunu üstlenmeden bir ilişkinin ateşine giderek daha çok yaklaşabilirdi. O işittiği şeyi yadsıyarak içinde bulunduğu durumu da yadsıyabilmişti.

Duru Kanallarımızı Yeniden Açmaya Karar Vermek

Birçoğumuz, bilerek ya da bilmeyerek, korunma amacıyla duru kanallarımızı kapatırız. Herkes ilahi rehberliği fark etme ve anlama konusunda eşit kapasiteye sahip olduğundan, siz kendi kanallarınızı kapatıp kapatmadığınızı saptayabilirsiniz. Lütfen, kendinize şu soruları sorun:

1. Ben bir çocukken:

- *Melekler, ruhlar ya da vizyonlar görür müydüm?*
- *Tanrı'nın ya da ruhsal dostların sevecen sesini işitir miydim?*
- *Bir şeyin yanlış olduğunu ya da harika bir şeyin vuku bulacağını hisseder miydim?*
- *Ancak bir yetişkinin bilebileceği şeyleri bilir miydim?*

2. Eğer bunları yaşamışsam, ve artık bu şekilde bir ilahi rehberlik almıyorsam, bu kanalları ne zaman kapattım?

3. İlahi rehberlik almaz olduğum zaman esnasında hangi olay ya da olaylar vuku bulmuştu?

4. Geçmişte ilahi rehberlik aldığımı hatırlayamasam bile, bugün ilahi iletişim kurmayı arzu ediyor muyum?

5. İlahi rehberlikle aramdaki engellerden kurtulmayı istiyor muyum?

1'den 3'e kadar olan sorular ilahi rehberliğin size doğal olarak geldiği olayların anılarını canlandıracaktır. Eğer 4. ve 5. soruları "evet" diye yanıtladıysanız gözükmeyen ruhsal iletişim yeteneklerinizi yeniden canlandırma güdüsüne sahipsiniz demektir. İlahi rehberlik için duyduğunuz arzu ona sahip olmanızı sağlayacak en büyük etkendir. Ancak, eğer melekleri, ruhları ya da mevcut yaşamınız ya da geleceğinizle ilgili gerçeği görmek, işitmek, hissetmek ya da bilmek istediğinizden emin değilseniz, o zaman ruhsal kanallarınız atıl halde kalacaklardır. Bu tümüyle size bağlı bir şeydir.

Ruhsal iletişimi "istemeyi istemek" yararlı olabilir. Spiritüel sınıfımdaki Marty adlı bir öğrenci onlar ona hayaletleri ve diğer tekinsiz şeyleri hatırlattığından melekleri görmeye gerçekten dayanıp dayanamayacağından emin değildi. Ancak Marty durugörüyü arzu etmeyi gerçekten istiyordu. Ne de olsa, sınıf arkadaşları gördükleri güzel melekler hakkında daima onu heveslendirici biçimde konuşuyorlardı.

Marty ile birlikte onun ruhsal görüyü isteme arzusu üzerinde çalışmaya başladık. Marty'nin ihtiyacı olan tek şey buydu, çünkü onun açık olma isteği melekleri görme korkusundan kurtulmasıyla sonuçlandı. "Tüm melekler ve ruhlar Tanrı ve benimle bir," diye idrak etti Marty, derin bir nefes alıp içtenlikle gülümseyerek. Marty melekleri kendisinden ve Tanrı'dan ayrı olarak gördüğünü anlamıştı.

Marty ruhsal incelemelerinden, bizim her ne zaman birini, bir meleği bile, ayrı bir varlık olarak görsek, otomatik olarak korkuya kapıldığımızı biliyordu. Marty bu algısını değiştirince, melekleri görme korkusundan da kurtuldu, ve çok geçmeden, arkadaşları gibi, sınıfımızı kuşatan güzelim ışık varlıkları görmenin sevinç ve coşkusunu yaşamaya başladı.

Bu öykülerin gösterdiği gibi, ilahi rehberliğimizi fark edip etmemek tamamen bize bağlıdır. Semavi âlem bizimle gün boyunca konuşur, ama bizi asla bu rehberliği fark etme-

ye ya da izlemeye zorlamaz. Biz ilahi rehberlik kanalını bir ışık düğmesi kadar kolayca açıp kapama yeteneğine sahibiz.

Nasıl ışık düğmesine yaklaşıp ona basmadan önce ışığı açmaya karar vermemiz gerekiyorsa, ilahi rehberliğimizi fark etmeye de tam olarak karar vermeliyiz. Bu kararı hafife alamayız; ilahi rehberliği *gerçekten arzu etmeliyiz*. Bu görebileceğimiz, işitebileceğimiz, hissedebileceğimiz ya da bilebileceğimiz şeye tamamen açık olmak, korkularımızla yüzleşmeyi istemek, evrende bizden daha çok bilen yüksek bir gücün bulunduğuna güvenmeyi istemek anlamına gelir. Ve bu ayrıca ilahi rehberliği izlemekten kaynaklanan sevinç, güvenlik ve uyuma açık olmak anlamına gelir.

Eğer siz hâlâ ilahi rehberliği almaya karşı bir direnç hissediyorsanız, ama bir şey sizi okumayı sürdürmeye itiyorsa, lütfen bunun normal bir tepki olduğunu bilin. İlahi rehberliğe açılmak yaşam tarzınızda herhangi başka bir alışkanlığı değiştirmeye benzer, ve bu zaman, uygulama ve bir ayarlanma dönemini gerektirebilir. Bu yüzden, lütfen, ilahi iletişim kanallarını açmayı isteyip istemediğiniz konusunda içinizde bir çatışma yaşıyorsanız kendinizi yargılamayın.

Bununla birlikte, eğer ilahi rehberlik hakkında bilgi almayı sürdürme dürtüsü hissediyorsanız, bu gerçek benliğinizin semavi âlemle yeniden bağlantı kurmanın açlığını çektiğinin bir işaretidir. Bu açlığı izleyin; o sizi yuvaya götürecektir.

Çakra'lar ve Ruhsal Duyularımız

İlahi rehberliğin bilinçli farkındalığımıza girmesine izin veren pencereler bizim kararlarımıza göre açılır ve kapanırlar. Biz bu pencerelere "çakralar" deriz, ve bunu izleyen bölümlerde onları temizleyip açmamızı sağlayacak alıştırmalar yer alacaktır.

Fiziksel duyularımızın her biri ona benzer bir ruhsal duyuya sahiptir. Biz nasıl maddi dünyayı görüp, işitip, tadıp, koklayabiliyor ve ona dokunabiliyorsak, ruhsal dünyayı da görüp, işitip, tadıp koklayabilir ve ona dokunabiliriz. Ruhsal duyular bize maddi dünya hakkında içgörü ve rehberlik sunarlar. Ruhsal ve fiziksel duyularımız birbirleriyle güzel bir uyum içinde çalışırlar.

Bebekliğimizden itibaren, fiziksel duyularımızı öğreniriz. Bize, "Bunlar gözlerin; sen onlarla görürsün. Bunlar kulakların; sen onlarla işitirsin," vs. derler. Batı toplumlarında bize, genelde, zihin gözümüzün, içsel kulağımızın ve diğer ruhsal duyularımızın kaynağı ve kullanımı öğretilmez. Bu yüzden onların atıl ve anlaşılmamış halde kalmalarına hiç şaşmamalı.

Ruhsal duyular bizim Tanrı'nın ilahi ve her şeye kâdir zihniyle direkt bağlantımızı oluştururlar. Tanrı'nın enerjisi ruhsal duyularımız içindeki aynı enerjidir. Ve tıpkı fiziksel görüş için fiziksel gözlerimizi kullandığımız gibi, ruhsal görüş için de zihin gözümüzü kullanırız. Biz bu ruhsal göze ayrıca "üçüncü göz" ya da "alın çakrası" da deriz. Biz ayrıca duruişiti için kullanılan sağ ve sol kulak çakraları'na, durusezinin vasıtası olan bir kalp çakrası'na, ve durubilişi sağlayan bir tepe çakrası'na sahibizdir.

"Çakra" sözcüğü Hindistan'ın kadim dili Sanskritçe'den gelir ve "çark" anlamına gelir. İçimizde ve çevremizde düzinelerce çakra vardır. Onlar dönen çarklara benzer, ve bana birbiri üzerine gelen, dönen pervane kanatlarını hatırlatırlar.

Her çakra belirli bir enerjiyi-düzenleme işlevine sahiptir. Her bir ruhsal duyumuzla ilişkili bir çakra'mız vardır. Çakralar dönüş hızlarına göre farklı renkler yayarlar. Hızlı-dönen çakralar -mavi, yeşil ve menekşe tonları gibi- soğuk renklere sahiptirler. Daha yavaş dönen çakralar ise -kırmı-

zı, turuncu ve sarı gibi- sıcak renklere sahiptirler.

Temiz çakralar saf ve parlak renkler yayar, ama biz öfke ve korku gibi kararmış düşünceler barındırdığımızda donuklaşıp bulanıklaşırlar. Bu yüzden, ruhsal iletişim kanallarınızı yeniden açmak genelde çakra temizliğini gerektirir. Çakralar'ımızı birçok farklı biçimde temizleyebiliriz. Seminerlerimde, ben çakralar'daki kalıntıyı temizlemek için grup meditasyonları yaptırırım. Bu konuda kitapçılarda benim *Çakra Temizleme* adını taşıyan teyp bandım da dahil olmak üzere birçok çakra bandı bulabilirsiniz. Bu kitabın daha sonraki bölümlerinde siz ayrıca bu konuda öğrencilerimle birlikte kullandığımız güçlü yöntemleri de okuyacaksınız.

Bir İlahi Rehberlik Günlüğü Tutmak

Bu kitabı okumanız aldığınız -ilahi bir biçimde yönlendirilen- vizyonların, seslerin, hislerin ve düşüncelerin artmasına yol açacaktır. Size bir ilahi rehberlik günlüğü tutarak bu olayları kaydetmenizi tavsiye ederim. Her gün ilahi rehberliği içeren deneyimleriniz hakkında kısa notlar yazmak için herhangi bir boş defteri kullanabilirsiniz.

Bu defterin önemi şu ki o ilahi rehberliğinizin doğruluğuna güvenmenizi sağlayacaktır. Bir kez, gelecekteki bir olayı doğru olarak önceden gördüğünüzü fark ettiğinizde -çünkü o günlüğünüze yazılmıştır- ilahi rehberliğinizi giderek daha çok fark edip izleyebilirsiniz.

Çoğu insan, ayrıca, bir ilahi rehberlik günlüğü tuttuğunda ruhsal ya da mistik deneyimlerinin sayısının çarpıcı bir biçimde arttığını görmüştür. Bu sanki, ilahi rehberliği fark etmenin onun vuku bulması için daha fazla fırsat yaratması gibidir.

İlahi rehberlik günlüğünüze şöyle deneyimleri kaydetmeyi unutmayın:

• *Önseziler.* Her ne zaman gelecekle ilgili bir vizyon, ses, his ya da düşünce alırsanız, onu günlüğünüze yazın. Bu önsezinizin daha sonra nasıl gerçekleştiğini de anlatın. Bu şekilde vizyonlarınıza güveniniz artar, ve ayrıca kendi kişisel görsel sembolojinizin şifresini çözersiniz. Önseziler ayrıca telefona yanıt vermeden önce kimin aradığını bilmek, ya da birini düşünüp sonra o gün ondan haber almak gibi şeyleri de içerir.

• *Eşzamanlılıklar.* Bazı şeyler tesadüfen aynı anda vuku buluyor gibi göründüğünde, bu semavi âlemin bizimle iletişim kurmaya çalıştığını gösteren bir işarettir. Bu kategoriye giren tüm olayları günlüğünüze yazın.

• *Canlı rüyalar.* Bazı rüyalar o kadar güçlüdür ki gün boyunca onlar hakkında düşünürüz. Bunlar çoğunlukla ilahi olarak yönlendirilmiş rüyalardır. Eğer böyle bir rüyayı günlüğünüze yazarsanız, büyük olasılıkla o size daha sonra büyük bir anlam ifade edecektir. Çoğunlukla, bu rüyanın sizi bir şeyle ilgili olarak uyardığını ya da geleceği önceden bildirdiğini göreceksiniz.

• *Yanıtlar ve bilgi almak.* Eğer bir şeyinizi yitirir, ve sonra Tanrı'dan onu bulmak için yardım isterseniz, aldığınız yanıtı da günlüğünüze yazın. Daha sonra o nesneyi bulduğunuzda, onu bulduğunuz yer ile ilahi rehberlikten aldığınız izlenim arasındaki benzerlikleri saptayın. Semavi âleme yönelttiğiniz sorulara karşılık olarak gelen yanıtları olduğu gibi, size kendiliğinden gelen ilahi bilgiyi de kaydedin.

• *Mistik deneyimler.* Bunlar mucizevi şifaları, bir meleği ya da ölmüş bir yakınınızı görmeyi ya da işitmeyi, (siz oradan geçerken raftan önünüze düşen bir kitap gibi) bir nesnenin kendiliğinden hareket ettiğini görmeyi, ya da bir şeyin kendiliğinden tezahür etmesi gibi deneyimleri içerir.

BÖLÜM 8

Durugörü: Rehberlik Görüntüleri

Artık kişisel ilahi iletişim tarzınızı daha iyi bir biçimde anlamış, ve ilahi rehberliği berrak bir biçimde almaya hazır olduğunuza karar vermiş olmalısınız.

Bu ve bunu izleyen iki bölümde, ilk ilahi rehberlik tarzına -durugörüye- daha yakından bakacağız. Eğer siz öncelikle görsel, ya da biraz görsel olduğunuzu biliyorsanız, bu bölümde zihinsel imgelerinizin giderek nasıl daha çok farkında olabileceğinizi öğrenebilirsiniz. Eğer daha görsel hale gelmek isterseniz, bu bölümler bu iletişim kanalını uyandırmanın yollarını da açıklamaktadır. Bu bölümlerde ayrıca giderek nasıl daha parlak, büyük ve berrak zihinsel imgeler alabileceğiniz de anlatılmaktadır.

Berrak ruhsal görüyle sizin için önemli olan her konu hakkındaki bilgiyi ayırt edebilirsiniz. İlişkilerinizin ve mesleğinizin geleceğini görebilirsiniz. Bir yolculuğa çıkmadan önce yol koşullarını ve hava durumunu görebilirsiniz. Siz ayrıca ilahi yaşam amacınızı, ve onu yerine getirmek için hangi adımları atabileceğinizi de görebilirsiniz. Açık durugörünün sayısız yararı vardır.

Lütfen "durugörü" sözcüğünün gözünüzü korkutmasına izin vermeyin. Bu terimin büyük halka küpeler takmış, kristal bir küreye bakan bir kadını çağrıştırabileceğinin farkındayım. Ve kristal küreye bakmak kesinlikle bir durugörü biçimidir. Ancak, büyük olasılıkla, deneyimlediğiniz başka durugörü biçimleri de vardır. Bunlar rüyalar, zihinsel resimler, filmler, renkler, aura'lar, melek ışıkları, vizyonları ve durugörü sembolleridir.

Rüyalar

Annem kemanını çaldığı canlı bir rüya görmüştü. O bu kemanı on-beş yıldır eline almamıştı, ve ona en son baktığında telleri kopmuş ve yayı da tamire muhtaçtı. Oysa rüyasında, keman ve yayı mükemmel bir durumdaydı, ve o hiç zorlanmadan güzel melodiler çalıyordu.

Annem uyanır uyanmaz çatı katına çıkıp tozlu keman kutusunu açtı. Orada keman ve yayı mükemmel bir halde duruyordu, oysa annem ona en son baktığında tellerin kopmuş ve karmakarışık bir halde olduğuna yemin ediyordu! Annem bunu tekrar keman çalmanın yararını göreceği şeklinde bir ilahi rehberlik olarak kabul etti. Hemen düzenli bir biçimde keman çalmaya karar verdi. Ve bu ilahi rehberliği izlemenin sonucunda annem topluluk orkestrasına katılmanın neşesini ve güzelim bir müzik çalmanın hazzını yaşadı.

Anlık Zihinsel Resimler

Yıllar önce bir gece yatağa yatmadan önce dua ettim. Bana borcu olan birkaç şirket zamanı geldiği halde borcunu ödemiyordu. Tanrı'dan bu sorunu çözmeme ve borçluları bağışlamama yardım etmesini istedim. O'ndan bu parayı nasıl alabileceğim konusunda bana rehberlik yapmasını rica ettim.

Ertesi sabah uyandığımda, zihin gözümle, bir anda belirip kaybolan bir resim gördüm. Bu üzerinde ismimin yazılı olduğu büyük, açık mavi renkte bir para çekiydi. Ve ertesi gün postayla tam bu zihinsel resimde gördüğüm gibi açık-mavi bir çek geldi!

Zihinsel Filmler

Arkadaşım Robin'in ilk kitabı yayınlandığında, o büyük bir ulusal talk-show'a katıldığını gösteren zihinsel bir film gör-

dü. Robin bana bunun bir hedefi tezahür ettirmek için yapılan niyetli bir imgeleme olmadığını söyledi. Bu kendiliğinden gelen zihinsel filmde, o kendisini son derece gerçekçi bir rüyada gibi hissetmişti. O, açık-sarı bir takım giydiğini ve sunucunun sorularına gülümseyerek kısa yanıtlar verdiğini görmüştü. Robin'in yayıncısı henüz onun kitabı için bir reklam kampanyasına başlamadığı halde, arkadaşım bu televizyon programında görüneceğinden emindi. Böylece o bu şovda giymek üzere dikkatle seçerek bir açık-sarı takım satın aldı. Birkaç ay sonra, Robin yeni takımını, tam zihinsel filmde görmüş olduğu gibi, o talk-show'da giydi.

Renkler ya da Aura'lar Görmek

Alain çocukluğundan beri insanların çevresinde renkler gördüğünü hatırlıyor. O sezgisel olarak berrak, parlak renklerin sağlıklılığı işaret ettiğini, yumuşak, karanlık renklerin ise kişinin bir geçiş halinde ya da bunalımda olduğunu gösterdiğini biliyordu. İlk başta, Alain herkesin kendisi gibi aura alanını görebildiğini varsaymıştı. Ancak bundan annesine ve arkadaşına söz ettiğinde, herkesin durugörür olmadığını anlamıştı.

Bugün, bir yetişkin olarak, Alain aura görme yeteneğini müşterilerinin dürüstlüğünü ve karakterini öğrenmek için kullanıyor. O bir müşterinin çevresinde kırmızı, siyah ya da bulanık bir yeşil gördüğünde, o insanın huysuz, uyuşturucu kullanan biri ya da bir hilekâr olabileceğini, bu yüzden dikkatli olması gerektiğini biliyor.

Melek Işıkları

Robert gözlerinin önünde belirip kaybolan bir beyaz ışık gördüğü ilk seferde halüsinasyon gördüğünü sanmıştı. Yoksa biri flaşla bir fotoğraf mı çekmişti? Bir şimşek mi çakmıştı?

Yoksa bir ampul mü yanmıştı. Yakında hiçbir ışık olmadığından, o bunu hayal gücünün bir ürünü olarak değerlendirdi. Ancak beyaz ışıkları iki ay sonra tekrar gördüğünde, Robert'in kafası daha da karıştı. Bu kez ışıklar daha donuktu. Onlar ona çocukluğunda Dört Temmuz'u kutlarken elinde tuttuğu maytapları hatırlatmışlardı. Kendisine bu ışıkların meleklerin mevcudiyetinin normal görsel işaretleri olduğunu açıkladığımda, Robert rahatladı. Bana, "Delirmekte olduğumu sanmıştım," diye itirafta bulundu.

Melek ışıkları büyük, belirip kaybolan parlak ışıklar; yumuşak, parlayan kıvılcımlar; ve belirip kaybolan minik beyaz ışıklar gibi farklı şekillerde gelirler. Çoğunlukla ışıklar beyaz, yeşil ya da mavidir. Beyaz ışıklar meleklere, renkli ışıklar da başmeleklere aittir. Örneğin, Başmelek Mikail mavimsi-mor bir ışığa sahiptir, Rafael zümrüt-yeşili bir renk yayar, Cebrail bakır-renginde parlar, ve Uriel çok soluk bir sarı renk yayar.

Melek ışıkları bize yalnız olmadığımız, sevecen melekler tarafından kuşatıldığımız konusunda güven veren bir rehberlik biçimidir. Bu farkındalığın sonucunda hissettiğimiz huzur ilahi rehberliğe daha da açık olmamıza yardım eder.

Göz Ucuyla Görülen Vizyonlar

Janie kendini bildi bileli, göz ucuyla, hareket eden ya da duran varlıklar görürdü. Ancak başını çevirip direkt olarak baktığında bu varlıklar ortadan kaybolurlardı. "Kısa bir süre önce kocam ve ben kayınvaldemin evine taşındık. O geçen Nisan'da ölmüştü. Hemen her gün onu göz ucuyla gördüğüme yemin edebilirim," dedi Janie bana. Kayınvaldesinin yaşarken son derece sevecen bir insan olduğunu da açıkladı. "Sanki bir melek bizimle birlikte yaşıyormuş gibi hissediyorum, bu yüzden onu görünce hiç korkmuyorum," diye ekledi Janie. "Aslında, onun bizi ve evimizi gözetmesini rahatlatıcı buluyorum."

Semavi Âlemden Gelen Görsel İşaretler

Rachel annesinin ani ölümüyle perişan olmuştu. Kendisini terk edilmiş, yalnız ve kalbi kırılmış hissediyordu. "Tanrı bunun olmasına nasıl izin verebilir?" diye öfkeyle düşünüyordu. Ne de olsa, annesi her şeyi doğru yapmıştı. O gönüllü çalışmalara katılır, her hafta kiliseye gider ve herkese iyi davranırdı. Şimdi, o gitmişti. Yaşam çok anlamsız görünüyordu. Bunu izleyen haftalarda Rachel Tanrı'nın merhametine olan inancının kaybolduğunu hissetti. Bununla birlikte, o bir ateist ya da agnostik olmaya hazır değildi. Çaresizlik içinde, Rachel Tanrı'dan kendisine bir işaret vermesini istedi. "Sadece, Senin beni işittiğini ve burada olduğunu bilmemi sağla," diye dua etti.

Hemen ardından, Rachel pencerenin eşiğine güzel bir şahinin konduğunu gördü. Şahinin tüyleri gün ışığında parlıyordu, ve güçlü bir ürpertiyle Rachel'in tüyleri diken diken oldu. Sonra o, "Bu çok kolaydı. Kesinlikle, bu kuş bir işaret değil," diye düşündü. Bu düşünceyle, bir yürüyüşe çıktı. Ancak iki kez şahinin onu izlediğini gördü. Üçüncü kez gördüğünde, şahin bir ağaç dalının üzerinde konmuş direkt olarak ona bakıyordu. Eve dönüp de paspasın üzerinde büyük kahverengi bir tüy bulunca, Rachel ikna olmuştu. Bu kuş semavi âlemden gelen ve Tanrı'nın onu gözettiğini ve sevdiğini gösteren bir işaretti. Bu inançla, Rachel yüreğindeki acıdan ve Tanrı'nın sevgisine olan güvensizliğinden kurtulabileceğini hissetti.

Rachel görsel yönelimli olduğundan, onun Tanrı'nın sevgisinin teyidini bir kuş ve tüy şeklinde görmesi doğaldı. Aslında, kuşlar ve tüyler sık sık ilahi rehberliğin görsel teyidi olarak hizmet ederler.

Semboller

Yeni müşterim Trisha ile çalışırken, zihinsel olarak onun başının üzerinde bir hemşire kepi gördüm. "Sen bir şifacısın, öyle değil mi?" diye sordum. Trisha, "Evet" diye yanıtlayınca şaşırmadım. İlahi rehberliğin müşterilerimle çalışırken bana sembolik resimler göstererek yardım ettiğini görmüştüm. Hemşire, doktor, terapist ve şifacı müşterilerle çalışırken normalde bu aynı hemşire kepini görürüm. Onun sembolik bir şey olduğunu biliyorum, çünkü bu müşterilerin hepsi de hemşire değildir ve hemşireler artık kep giymiyorlar.

Ortak Görsel Semboller ve Onların Olağan Anlamları

Semboller kendi başlarına bir dildir, ve tıpkı rüya sembolleri gibi anlamla doludurlar. Onlar çoğunlukla derin bir biçimde kişiseldirler. Aslında, onlar sizinle melekleriniz arasındaki gizli bir dil gibi, sadece sizin için bir anlam içerebilirler. Ancak bazen biz zihinsel bir vizyonun sembolik anlamını anlamayabiliriz. Eğer bir imge görüp de onu anlamazsanız, meleklerinizden size yardım etmelerini isteyin. "Lütfen, bunun ne anlama geldiğini anlamama yardım edin," deyin, ve onlar memnuniyetle ihtiyacınız olan bilgiyi vereceklerdir. Tanrı ve melekler bizim ilahi rehberliğimizi anlamamızı kuvvetle isterler. Onları, "Ne demek istediğinizi tam olarak anlamadım," diye uyardığımızda, onlar semavi iletişimlerini anlamamıza daha çok yardımcı olabilirler.

Her bir sembol son derece kişisel olmasına karşın, durugörü sembolleri içinde bazı evrensel temalar da vardır. Aşağıda görmeniz olası sembolik zihinsel imgelerin bir listesi ve ortak anlamları yer almaktadır.

Araba: Yeni araba alınması; ya da araba sürerken dikkatli olunması

At: Özgürlük; bir şeyden kaçmak

Başparmaklar (yukarı): Başla, devam et, ileri git

Bebek: Hamilelik; evlat edinmenin onaylanması; ufukta beliren olumlu bir yenilik

Bitkiler (evin içinde): Yaşamda yeni bir gelişme

Daktilo: Güçlü yazma yeteneği ya da arzusuna sahip biri

Doğa Manzarası (bir çiçek tarlası, ağaçlar ya da yeşillik gibi): Doğaya daha çok çıkılması konusunda ilahi rehberlik; ayrıca kişiyi mutlu, kaygısız bir zamanın beklediği anlamına gelir

Doğumgünü Pastası (üzerinde birçok yanan mum bulunan): Büyük bir doğum günü gelmekte

Güller: Kutlama; sevinç verici bir haber gelmekte

Hamilelik: Yeni bir doğum ya da yeni bir serüven

Kahve: Kafein tüketimini azaltma konusunda ilahi rehberlik

Kent Silueti: Kişi o kentte, veya büyük bir kente taşınarak yeni bir iş yapacaktır (vizyonunuzdaki kent siluetini tanımaya çalışın, ya da meleklerinizden ek bilgi isteyin ki bu bilgi diğer ilahi iletişim kanallarınızdan biriyle gelebilir)

Kızaklar: Bekleyen pürüzsüz bir yolculuk ya da kolay bir geçiş

Kitap: Belli bir kitabı okuma konusunda ilahi rehberlik

Kupa: Başarı ya geldi ya geliyor

Melekler (bir kişinin çevresinde): Bu kişi melekleri yanına kuvvetle çağırmaktadır

Meryem Ana (bir insanın üzerinde dururken): Bu kişi özellikle çocukları sevmekte ya da onlarla iyi çalışmaktadır

Mum (kısa ve yanan): Aşırı çalışma; dinlenme ihtiyacı

Sebzeler: Daha fazla sebze yeme konusunda ilahi rehberlik

Su (bardak ya da şişeyle): Daha fazla su içme konusunda ilahi rehberlik

Su (kütlesi): Kendi benliğini tanımak; bilinçaltı; kendine karşı doğru ve içten olmak

Uçak: Bir yolculuk plânlanmıştır (genelde uzak bir yere bir yolculuk anlamına gelir)

Yangın: İfade edilmemiş öfke

Yemek (tabak dolusu): Aşırı yemek yemekten kaçınma konusunda ilahi rehberlik

Yol (çatallı): Bekleyen seçimler (kaç tane kararla karşılaşılacağını bilmek için yoldaki çatalları sayın)

Yol (tümsekli): Bekleyen mücadeleler

Bu arada sadece size ait birçok sembol de görebilirsiniz. Melekler sembolleri bizim sessiz sinema oyunu oynarken beden dilini kullandığımız biçimde kullanırlar. Sessiz sinema oyunu oynadığınızı ve belli bir beden hareketinin takım arkadaşlarınızdan biri için özellikle anlamlı olacağını bildiğinizi düşünün. Melekler (daha evrensel olarak anlaşılan bir sembol yerine) sadece sizin ve bir avuç dolusu başka insan için anlamlı olacak bir sembolü kullanırken, bunu size yardım etme arzusuyla yaparlar. Örneğin, siz en sevdiğiniz filmden sahneler görebilirsiniz, çünkü melekler sizin onların anlamını bu şekilde daha açık biçimde anlayacağınızı bilirler.

Elbette, çoğunlukla bir görsel imge sembolik değil, gerçekçidir. Örneğin, ben her ne zaman bir müşterinin omzunun üzerinde bir köpek görüntüsü görsem, bunun gerçek anlamda bir vizyon olduğunu bilirim. Bu daima müşterimin sevdiği evcil hayvanını görmekte olduğum anlamına gelir. Köpeğin canlı mı ölmüş mü olduğunu anlamak için ise ikinci bir ilahi iletişim kanalını kullanmam gerekir.

Kuşku Duyduğunuzda Yardım İsteyin

Kuşku duyduğunuzda, daima meleklerinizden sizi o konuda

aydınlatmalarını isteyin. Örneğin, ben seanslarda sık sık değişik müşterilerimin başlarının üzerinde zihinsel olarak bir tabak dolusu spagetti görürüm. Duruişitsel olarak da bu imgeye "spagetti western" sözlerinin eşlik ettiğini duyarım. Ben kovboy filmi izlemediğimden bu terimin ne anlama geldiğini bilmiyordum. Bu yüzden de meleklerin bu sembolle ne söylemeye çalıştıklarını anlamamıştım.

Meleklerden bunun anlamını açıklamalarını rica ettikten sonra, en sonunda bu sembolün yapay bir konu içeren ikinci sınıf bir film anlamına geldiğini kavradım. Şimdi, bir tabak spagetti görüp, "spagetti western" sözcüklerini işittiğimde, durduk yerde kendisi için krizler yaratan bir müşteriyle karşı karşıya olduğumu biliyorum.

Kendilerinin yaratıp sürdürdükleri bu dramlara bağımlı olan bu müşteriler, eğer zihinlerini ve yaşamlarını iyileştirirlerse canlarının sıkılacağından korkmaktadırlar. Onlar, örneğin, sağlıksız aşk ilişkileri ya da kronik mali sorunlar yaşamaktan ne kadar acı çekerlerse çeksinler, bu acı onlara normal ve heyecan verici görünür. Onlar sonuçlardan korkarken kimse onları şifalandıramaz. Bir kez iç huzurunun zengin ve doyum verici bir yaşam sağladığını anladıklarında, bu müşteriler inişli çıkışlı yaşamlarını bırakmaya hazır olurlar.

Ben İlahi Rehberlik dersleri verirken, öğrencilerin farklı durugörü biçimlerinin var olduğunu öğrendikten sonra kendiliğinden daha fazla durugörü deneyimi yaşamaya başladıklarını görürüm. Sanki bu bilgi ruhsal görü akışının artmasını sağlayan bilinçaltı bir izin verir.

Bu bölümü okuduktan sonra artabilecek vizyonların tadını çıkarın. Siz benim sözünü bile etmediğim bazı durugörü biçimleri deneyimleyebilirsiniz. Bu ilahi rehberlik almanın neşe ve sevincinin bir parçasıdır! Tanrı sonsuz bir biçimde yaratıcıdır, ve O'nun rehberliği daima yeni yaratıcı biçimlerde sunulur.

BÖLÜM 9

Berrak Bir Biçimde Görmek: Durugörünüzü Artırmanın Yolları

Birçok insanın görsel olmadığından yakındığına tanık olmuşumdur. Onlar bana, "Ben bir şeyi gözümde canlandırmaya çalıştığımda hiçbir şey göremiyorum," derler. Bazı insanların öncelikle görsel olmamalarına karşın, hepimizin ruhsal görümüzün keskinliğini artırma kapasitesine sahip olduğumuza inanıyorum. Bu bir kası geliştirmeye benzer, ve sadece biraz alıştırma ve uygulama yapmayı gerektirir.

Daha önce de belirttiğim gibi, fiziksel duyularımızın her biri benzeri bir ruhsal duyuya sahiptir. Bu ruhsal duyular bedenimizin içindeki ve çevresindeki çakra olarak bilinen enerji merkezleri tarafından düzenlenirler. Her bir çakra farklı bir hızda döner ve farklı bir renge sahiptir. Ruhsal görümüzü yöneten üçüncü-göz çakrası mor ve beyaz pırıltılar da içeren koyu mavi renktedir.

Üçüncü-göz çakra'nızı temizleyip açmak için basit bir meditasyon yapabilirsiniz. İşte size genelde üçüncü gözün hemen kısmen ya da tam olarak açılmasıyla sonuçlanan son derece güçlü bir meditasyon. Bu meditasyonu istediğiniz sıklıkta tekrarlayabilirsiniz. Her bir meditasyonla birlikte, ruhsal görünüz önemli derecede berraklaşacaktır. Hatta, bunu ve bu kitapta yer alan diğer çakra meditasyonlarını banda kaydedip, böylece gözlerinizi kapayıp direktifleri dinleyerek çakralar'ınızı temizleyebilirsiniz.

Ruhsal Görünüzü Açmak İçin Meditasyon

1. Rahatsız edilmeyeceğiniz bir odada rahat bir yer bulup

oturun. Telefonun zilini kapatın.

2. Odanın güzel altın rengi, metalik bir ışıkla dolduğunu hayal edin. Bu ışık bu güzel, ışık-dolu, altın rengi aura'ya sahip meleklerden gelmektedir. Bu ışığı birkaç kere derin bir biçimde içinize çekip ciğerlerinizi onunla doldurun. Işığı içinize çekerken bedeninizin yenilendiğini ve gevşediğini hissedin. İçinize mümkün olduğunca çok ışık çekin, ve sonra onu yavaş yavaş dışarı verin.

3. Şimdi dikkatinizi iki gözünüzün arasındaki alanda toplayın. Önünüzde, gözlerinizin arasında bir başka göz görün ya da hissedin. Bu sizin üçüncü gözünüzdür. Bu gerçek benliğinizin gözüdür, tüm yaşam-tarihinizi kaydeden, ve siz öbür tarafa geçtiğinizde yaşamınızın bir özetini gösterecek olan gözdür.

Üçüncü gözünüzün kapağının açık mı, kısmen açık mı yoksa tamamen kapalı mı olduğunu görün ya da hissedin. Eğer göz kapağı açık değilse, altın ışıktan çok derin bir nefes çekin. Bu ışığı başınızın içine getirin. Şimdi, nefesiniz ve niyetinizle, bu ışığı üçüncü gözünüzden geçirip odaya verin. O içinden geçen temizleyici ışığa karşılık verirken üçüncü göz bölgenizde hafif bir baskı hissedebilirsiniz. Nefes alıp vererek altın ışığı üçüncü gözünüzden dışarı yollamayı sürdürün.

4. Üçüncü gözünüzü temizlerken, ruhsal görünüzü engelleyebilecek her türlü düşünceyi de salıverebilirsiniz. Melekler sınırlayıcı inançları temizlemeniz için size yardıma hazır bir biçimde beklemektedirler. Yapmanız gereken tek şey bu inançları temizlemeyi istemektir. Onlar tüm işi sizin için yapacaklardır.

Birkaç derin nefesle birlikte, gerçeği ya da geleceğinizi görme konusunda barındırdığınız korkuları meleklerinize bırakmayı isteyin. Meleklerinize, onları görme konusunda barındırdığınız korkuları bırakmayı isteyin. Onlara, ruhsal görünüzü yeniden uyandırmanızın sonucunda eleştirilme, bas-

kı ya da zarar görme korkunuzu bırakmayı isteyin. Kendiniz dahil, herhangi bir zamanda ve yerde ruhsal görüye sahip olduğunuz için size zarar vermiş olanları bağışlamayı isteyin.

5. Kesin bir karar ve niyetle, üçüncü gözünüzün kapağını açın. Lütfen bunun için çok zorlamayın ya da çabalamayın. Sadece onu açmaya karar verin, onun yapmaya karar verdiğiniz herhangi bir bedensel hareket kadar doğal ve kolay bir biçimde açılmasına izin verin. Onun açıldığını gördüğünüzde, hep böyle açık kalmasına karar verin. Onu istediğiniz zaman kapatabileceğinizi de bilin.

6. Ruhsal görünüzü doğru haline dönecek şekilde temizlemenize yardımcı oldukları için meleklere teşekkür edin.

Ses Tonlaması Üçüncü Gözünüzü Açar

Aynı zamanda "monoton bir nağmeyle okuma" olarak da bilinen "tonlama" hızla durugörü yaratan bir başka yöntemdir. Kadim Mısır'da, insanlar Thebes'in güneş tanrısının ismi olan "Amon" ya da "Amen"i tonlarlardı. Amon ya da Amen'in ona bakan herkese geleceğin vizyonlarını getirdiği söylenirdi. Bu yüzden "Amen" bazen durugörüyü uyandırıcı bir söz olarak tonlanır. Ancak Mısırlı yüksek rahipler ve rahibeler, durugörünün bir putperest tanrının armağanı olmadığını, üçüncü gözden kaynaklanan doğal bir nitelik olduğunu bilirlerdi. Mısırlılar "Amen" sözcüğünün titreşimlerinin üçüncü gözü açtığı sonucuna varmışlardı. Bununla birlikte, Mısırlılar "Aum"un üçüncü gözü açmak için "Amen"den de daha güçlü bir sözcük olduğunu keşfetmişlerdi. *

Yüksek rahipler ve rahibeler öğrencilerine "Aum"un üç hecesini de Ahh–Uuuu–Mmm olarak dikkatle telaffuz etmelerini öğretirlerdi. Bu kadim sesleri tonlayarak siz de üçüncü göz bölgenizde titreşimler hissedebilirsiniz. Onu hemen şim-

* Plutarch, Plutarch's Moralia (London: W. Heinemann, 1927).
Steve Richards, Levitation (London: HarperCollins, 1980)

di sessizce ya da yüksek sesle okumaya çalışın. Her iki şekilde de, her bir hecenin iki gözünüzün arasındaki alanı nasıl titreştirdiğini fark edeceksiniz. Hatta, bu sırada bir baskı ya da baş ağrısı gibi acı verici bir his duyabilirsiniz. Yine de endişelenmeyin. Bu duyumlar sadece üçüncü göz kapağınızın bir süredir kullanılmayan paslanmış bir kapı gibi olduğunu gösterir.

Eğer "Aum"u her sabah ve her gece yatmadan önce yedişer kere okursanız, bir hafta içinde ilahi rehberliğin berrak görsel imgelerini almaya başlarsınız. Sadece hâlâ ruhsal görü hakkında korkularınız varsa durugörü gerçekleşmeyebilir. Bu durumda, bu engellerden kurtulmak için Yedinci Bölüm'ü tekrar okumanızı tavsiye ederim.

Ruhsal Görü Alıştırması 1

Bu durugörünüzün gücünü ve berraklığını artırmak için ideal bir alıştırmadır.

1. Yakınınızdaki bir nesneye bakın. Bu nesnenin ayrıntılarını otuz saniye kadar inceleyin.

2. Sonra gözlerinizi kapayın ve bu nesneyi zihin gözünüzde inceleyin. Zihninizden bu nesnenin görüntüsünün parlaklığını, ayrıntısını ve büyüklüğünü artırmasını isteyin. Bu nesneyi zihninizde evirip çevirin ve ona farklı açılardan bakın. Bu alıştırmayı günde iki kez yapın, o zaman görüşünüzün keskinliği muazzam derecede artacaktır.

3. Ziyaret ettiğiniz yerlerin fiziksel çevrelerine dikkat etmeye başlayın. Sıradan görüntülere dikkat etmeye başlayın, ve çok geçmeden çevrenizdeki görsel sunuların zenginliğini ve çeşitliliğini fark edeceksiniz. Kitabınızdaki her sahnenin ayrıntılarının kataloğunu çıkaran bir romancıymışsınız gibi davranın. Bakkaldaki tezgahtarın yüz ifadeleri, otel lobisindeki koltuğun kumaşının rengi ve dokusu, yerel çiçekçinin

papatyalarındaki sarı rengin tonu gibi önemsiz ayrıntılara dikkat ederek görsel ilahi rehberliğinizin ayrıntılarını da daha iyi elde edebilirsiniz.

Semavi Âlem Size Yardım Edecektir

Semavi âlem bizim ruhsal görümüzü açmamıza yardım etmek ister. Eğer ondan yardım istersek, Başmelek Rafael ilahi görüşümüzü yeniden uyandırmamıza yardımcı olmaktan özellikle mutluluk duyar. Rafael tüm meleksi şifa çalışmasını idare eder ve melekler arasında en yüksek şifacıdır. O her türlü duygusal ve fiziksel hastalığı iyileştirebilir ve tüm melekler ve başmelekler gibi, aynı anda birçok insana yardım edebilir. Ancak, bildiğiniz gibi, melekler ve başmelekler, yaşamımızın tehlikeye girdiği durumlar hariç, bizim davetimiz olmadan yaşamımıza müdahale edemezler. Özgür irade yasası bizim kendi başımıza her şeyi -hatta acı verici şeyleri- yapma hakkına sahip olduğumuzu, ve hiçbir meleğin kararlarımıza müdahale edemeyeceğini bildirir.

Melekler bize yardım etmeye bayılırlar, ama bu evrensel yasa genelde onları saha kenarında durup bizim başımızı derde sokup çıkarmamızı izlemek zorunda bırakır. Onlar bizim semavi yardıma açık olduğumuzu gösteren bir işaret beklerler: bir düşünce, bir dua, bir yardım feryadı yeterlidir. Biz her ne zaman onların yardımına açık olduğumuzu göstersek, melekler anında bizim yardımımıza koşarlar. Burada bize düşen tek görev yardım istemeyi hatırlamaktır. Birçoğumuz Tanrı'dan ve meleklerden yardım istemek için son an'a dek bekleriz.

Ruhsal Görü Alıştırması 2

İşte size ruhsal görünüzü açmak için Başmelek Rafael'in yardımını almanın çok etkili bir yolu:

1. Birkaç derin nefes alıp içinizden, "Başmelek Rafael, lütfen şimdi bana gel," deyin. Siz daha cümlenizi bitirmeden o yanınızda olacaktır. Melekler aynı anda birçok kişiyle birlikte olabilirler, ve Rafael kendisini çağıran herkese yardım edebilir.

2. İçinizden Rafael'den sağ elini iki gözünüzün arasındaki alana koymasını isteyin. O elinden üçüncü gözünüze parlak bir şelaleye benzeyen güzelim, zümrüt-yeşili bir şifa ışığı aktaracaktır. O, ruhsal görünüzü engelleyen inatçı korkuları temizlemek için size bu şifalandırıcı enerjiyi yollarken o bölgede bir karıncalanma hissedebilirsiniz. Bu ışığı istediğiniz kadar çok içebilirsiniz.

3. Ondan sonra, lütfen Rafael'e bu yardım için teşekkür etmeyi unutmayın. Sizin sevinciniz ve şükran duygunuz onun beklediği tek karşılıktır.

Gelecek günlerde siz büyük olasılıkla birçok -kendiliğinden gelen- vizyon göreceksiniz. Daha önce de söylediğim gibi, bu vizyonları bir günlüğe kaydetmenin çok yararı olur. Bu şekilde, onların ne kadar doğru olduğunu görebilir, ve ayrıca kişisel sembolojinizin şifresini çözmenize yardımcı olacak kalıpları arayabilirsiniz.

Melekler size bu konuda son bir öneride bulunmamı istiyorlar: lütfen vizyonlar almak için çok aşırı zorlamayın. Her ne zaman kendimizi zorlarsak ya da fazla çabalarsak ego'muzu kullanıyor oluruz. Hatırlayacağınız gibi, ego gerçek ilahi rehberliğin anti-tezidir. Semavi âlemden düzenli bir iletişim akışı almanın kuralı kolayca yapmaktır. Bizim ilahi yardımı zorlamamız gerekmez. Zorlama Tanrı'nın bizim için zamanı olmadığı inancından kaynaklanır. Oysa durum bunun tam tersidir. Bizim sadece yardım isteyip, sonra da gelen vizyonları fark etmemiz gerekir.

BÖLÜM 10

Durugörüyü Bizzat Deneyimlemek

Siz bir durugörür olmak için zihninizi eğitebilirsiniz. Biraz uygulama ve geleceğinizi görme konusunda kesin bir kararlılıkla, önsezili vizyonlar alabilirsiniz, ve bu vizyonlar istediğiniz sıklıkta gelebilir ve berrak bir biçimde anlaşılır ve doğru olabilirler. Durugörü deneyimleriniz üzerinde bir hayli kontrole sahip olabilirsiniz.

Ben "kontrol" derken, elbette, sizin kendinizi vizyonlar almak için zorlamanızı kastetmiyorum. Son bölümden hatırlayacağınız gibi, kendini zorlama ve aşırı çabalama ilahi iletişimi engeller. Durugörür olmak için *kendini zorlamak,* semavi rehberliği zihinsel görüntüler olarak almak istediğinize *karar vermekten* çok farklıdır. Birincisinde, siz onu almayı gerçekten beklemediğiniz için durumu zorlarsınız. İkincisinde ise sadece Tanrı-vergisi yeteneğinizin tadını çıkarırsınız. Bu vizyonları arzulamanın ardındaki tutum her şeydir.

Uygulama ve Deneyimleme En İyi Öğretmenlerdir

Eğer usta bir tenis oyuncusu olmak isterseniz, basit bir yaklaşımı kullanırsınız: Bu işin esaslarını öğrenip uygularsınız. Öte yandan, eğer bu esasları atlamaya çalışmış ya da hiç uygulamamışsanız tenis topuna nadiren vurabilirsiniz. Bazı insanlar tenis oyuncusu ya da durugörür olmak üzere doğmuş olabilirler, ama eğer isterse *her insan* bu konuda ustalaşabilir.

İlahi Rehberlik dersleri verirken, deneyimin en iyi öğretmen olduğunu gördüm. Ben ilahi rehberliğin nasıl alınabileceği konusunda saatlerce konuşabilir, ve herkesin ruhsal

iletişim yeteneklerine sahip olduğunu kanıtlayan bilimsel incelemeleri anlatıp durabilirim. Ama, ben öğrencilerimden bunu bizzat denemelerini isteyene kadar, onlar bu becerilere sahip olduklarına inanmazlar. Bir duruişitir olarak, ben sınıfımdaki öğrencilerin, "Bu sınıfta benden başka herkes ilahi rehberlik alabilir. Ben tek istisnayım," diye düşündüklerini duyabilirim.

RİCHARD

Klinik hipnoterapisti ve felsefe doktoru Richard Neves İlahi Rehberlik derslerime devam ederken bir gün bana meleklere gerçekten inanmadığını söyledi. Melekler fikrinden hoşlanıyor, ve onların resimlerine ve heykellerine bakmaktan zevk alıyordu. Ama, bildiği kadarıyla o güne dek melekleri hiç görmediğinden, işitmediğinden ya da onlarla ilişki kurmadığından onların gerçekten var olduklarına inanmıyordu.

O zaman tüm sınıftan birbirleriyle bir çift oluşturmalarını istedim. "Lütfen yüzünüz birbirine dönük olsun," dedim. "Şimdi, gözleriniz açık ya da kapalı olarak, meleklerden gelip partnerinizi kuşatmalarını isteyin. Onları yüksek sesle çağırmak zorunda değilsiniz. Sadece meleklerin partnerinizi kuşatmalarını istediğinizi düşünün yeter."

Salonda birçok meleğin belirdiğini ve öğrencilerin çevresinde süzüldüğünü görünce sınıfın talimatlarımı uyguladığını anladım. Sonra dedim ki: "Lütfen sırayla meleklerden size partnerinize aktarılmasını istedikleri bir mesaj vermelerini isteyin. İçinizden meleklere, 'Partnerime ne söylememi istersiniz?' diye sorun. Sonra o mesajı, aynen meleklerden aldığınız gibi aktarın. Siz meleksi mesajı bir his, bir düşünce, bir fikir, bir vizyon, ya da sözler olarak alabilirsiniz. Mesajı nasıl alırsanız alın, lütfen onu düzeltmeden ya da yorumlamadan aktarın. Sonra diğer partner aynı şeyi yapsın."

Salon öğrencilerin sesleriyle doldu. Canlanan yüzleri-

nin güzel gülümsemelerle parlayışını izledim. Meleklere kanallık etmenin hazzını yaşadıkları apaçıktı. O ve partneri sınıfın arka tarafında bulunduklarından Richard'ı göremiyordum. Onun yerine, meleksi enerjinin hazzını yaşayan öğrencilerin ışıltılı güzelliği beni büyülemişti.

Herkes melek mesajlarını alıp aktardıktan sonra, öğrencilerden izlenimlerini anlatmalarını istedim. Birer birer, hepsi sınıfın ön tarafındaki mikrofona gelip bu celseden ne kadar zevk aldıklarını heyecanlı bir biçimde anlattı. Çoğu öğrenci başlangıçta meleklerle bağlantı kurma konusunda kuşku duyduğunu, bunu pek beklemediğini itiraf etti. Birçok öğrenci de meleklerle konuşurken yükselmiş bir halde bulunduğundan mesajların içeriğini hatırlayamadığını söyledi.

Sonra Richard'ın sınıfın arka tarafından mikrofona doğru yürüdüğünü gördüm. Richard'ın gözleri irileşmişti, sarsılmış görünüyordu, ve rengi sararmıştı. Mikrofona doğru, "Melekleri gördüm," dedi, ağır ağır ve ifadesiz bir yüzle. Sonra bu olaya bir başka meditatif alıştırma bekleyerek başladığını açıkladı. Ve sonra gözlerini açmıştı.

"Partnerimin yanında iki dev melek duruyordu," dedi Richard, bu deneyimden ötürü sarsılmış bir halde. "Melekler bana bakıp, 'Bize inan. Bize inan,' dediler. Bunu kesin bir tavırla ve sevgi dolu bir sesle aynen böyle iki kere söylediler. Meleklerden partnerim için bir mesaj vermelerini istemiş olmama rağmen, onların bu mesajı bana verdiklerini biliyorum."

Görmek inanmaktır. Richard bu deneyimden sonra iki yönden değişti. Birincisi, o meleklerden *hoşlanmaktan* onların var olduklarını *bilmeye* geçti. İkincisi, ruhsal görüsüne güven duymaya başladı. Durugörü deneyimlerine eşlik eden bu aşkınlık her türlü sözel tarifi aşar. Sözler ancak size nasıl gö-

receğinizi anlatır ve bunu bizzat denemeye teşvik eder. Siz onu bizzat deneyene dek, durugörü sadece bir olasılık olarak kalır.

Durugörü Alıştırması 1

Siz durugörüyü şimdi, bu kitabı okurken deneyimleyebilirsiniz.

1. Lütfen iki-üç kere çok derin ve yavaş biçimde nefes alın. Bu kitabın arka tarafında bir sayfada tek-haneli ve çok iri yazılmış bir sayı var. Derin bir nefes daha alın, ve zihninizin bu sayıyı görmesine izin verin.

2. Kitabı tutup meleklere, "Bu kitabın arkasında yer alan, çok iri yazılmış tek-haneli sayı hangisidir?" diye sormanın yararını da görebilirsiniz. Bu sayıyı görmek için kendinizi zorlamayın. Zihin gözünüzün yeni açtığınız bir televizyon cihazı olduğunu imgelemenin yararı olabilir. Bu sayının ekranda yavaş yavaş belirdiğini görün. Eğer o belirsiz görünürse, o zaman bu sayının yuvarlak mı keskin kenarlı mı olduğunu fark etmeye çalışın.

Durugörünüzü güçlendirmek için diğer ilahi iletişim kanallarınızı kullanın. Örneğin, bu sayı size tek mi yoksa çift sayı gibi mi *geliyor*? Bir biliş alıyor musunuz? Onun hangi sayı olduğunu işitiyor musunuz?

3. Bir hata yapmayla ilgili tüm kuşku ve korkuları bırakın. Korkacak bir şey yok. Derin bir nefes daha alın ve yine, "Lütfen bana bu sayıyı gösterin," deyin. Gördüğünüz sayıyı yazın, eğer emin değilseniz, bunun hangi sayı olabileceğiyle ilgili bir-iki izleniminizi yazın.

Sonra bu bölümdeki diğer durugörü alıştırmalarında kullanacağınız diğer büyük şekillere bakmadan, dikkatle 286. sayfayı açın. Bu sayfada o sayıyı bulduktan sonra onu yazdığınız sayıyla karşılaştırın. Eğer kitapta yer alan sayıyı

görmüşseniz tebrikler! Eğer farklı bir sayı yazmışsanız, lütfen umutsuzluğa kapılmayın. Bu sadece sizin kendinizi aşırı zorladığınız anlamına gelir, ki bu çok sık rastlanan bir şeydir. Aslında, yazdığınız sayı ya da sayılar büyük olasılıkla 286. sayfadaki sayıya benzer özelliklere sahip olabilir. Sayınızın kitaptaki sayıya ne kadar benzediğine dikkat edin. Örneğin, her ikisi de çift-sayı olabilir, her ikisi de benzer bir yuvarlaklığa sahip, ya da sayısal olarak birbirine çok yakın olabilir.

Durugörü Alıştırması 2

Yine bir durugörü denemesi yapalım. Her bir vizyonu görmek için yeterli zaman ayırın, ve derin nefes almayı unutmayın! Yeni durugörü öğrencileri, çoğunlukla, vizyonlar almaya çalışırken nefeslerini tutarlar. Bu, derin nefeslerinizden gelen ilham kaynağının yolunu keser. Derin bir biçimde nefes alıp verirken Tanrı'dan, meleklerden şu soruların yanıtlarını görmenize yardımcı olmalarını isteyin. Bir sonraki soruya geçmeden önce her bir soruya görsel bir yanıt alana dek bekleyin.

Ayrıca, diğer soruların yanıtlarını görmemek için, yanıtlarınızı karşılaştırmak üzere arka sayfalara bakmadan önce lütfen şu beş sorunun hepsini yanıtlayın.

1. *Sayfa 287'de yer alan büyük harf hangisidir?*
2. *Sayfa 288'de yer alan büyük şekil nedir?*
3. *Sayfa 289'da yer alan sözcük nedir?*
4. *Sayfa 290'da hangi hayvan yer almaktadır?*
5. *Lütfen bana sayfa 291'de yer alan senaryoyu anlatın.*

Durugörü Alıştırması 3

Durugörü algılarınızı artırmak için gün boyunca vizyonlar

alma pratiği yapın.

1. Televizyonda daha önce hiç izlemediğiniz bir programı açın.

2. Sonra ya gözlerinizi kapayın ya da televizyona arkanızı dönün. Televizyon karakterlerinin konuşmalarını dinleyin ve meleklerinize, "Zihnimde bu insanın tipini görmek istiyorum," deyin. Bu bir insanın boyunu, kilosunu ve yapısını tahmin etmek için hayal gücünüzü kullanmaktan farklıdır. Vizyonların zihninize akmalarına izin verin, sonra gözlerinizi açıp içsel vizyonunuzu televizyon ekranındaki görüntüyle karşılaştırın.

Tanımadığınız bir insanla buluşacağınız zaman da bu insanın tipini algılamak için aynı yöntemi kullanabilirsiniz. Örneğin, bir zamanlar çok nüfuzlu bir iş kadını onun şirketiyle bir çalışma yapmam hakkında benimle görüşmek istemişti. Bu buluşmadan dolayı biraz sinirli olduğumdan, Tanrı'dan ve meleklerden bana onun hakkında önceden biraz bilgi vermelerini istedim.

Birkaç derin nefes alıp gevşedim ve, "Benim bu kadın hakkında neyi bilmemi istiyorsunuz?" diye sordum. Anında, kısa siyah-gri saçlı, dost görünüşlü bir kadının görüntüsünü gördüm. Bu görüntüyü gördükten sonra kendimi bu buluşmayla ilgili olarak daha dingin hissettim. Ne de olsa, o çok iyi, nazik ve anlayışlı biri gibi görünmüştü. Onunla buluşmaya gittiğimde karşıma zihinsel imgemden tanıdığım kadın çıkınca doğrusu şaşırmamış, sadece memnun olmuştum. Onun yanında kendimi çok rahat hissetmiştim, ve bu buluşma çok olumlu bir atmosferde geçmiş ve öyle de sonuçlanmıştı.

3. Elinize bir dergi alın ve gözlerinizi kapayın. Derin bir nefes alın, ve kapağın iç kısmındaki reklamın zihinsel bir resmini görmeyi isteyin. Yine, imgelerin gelmesi için zorlamayın, ve bu dergi için hangi reklamın tipik olacağını tah-

min etmeye çalışmayın. Sadece bırakın olsun.

Daha önce de söylediğim gibi, çoğunlukla üzerinde odaklandığınız asıl resimle ilintili zihinsel imgeler alacaksınız. İlahi Rehberlik derslerimden birinde, sınıftan elimde tuttuğum bir reklamın zihinsel bir resmini alma üzerinde odaklanmasını istedim. Öğrenciler derin nefesler alıp meleklerinden bu resmi göstermelerini isterken, ben o reklama bakarak onu zihnimden sınıfa aktardım.

Bu reklamda çok büyük bir fil bir arabanın üzerine çıkıyordu. Bu reklamın hangi ürünü satmaya çalıştığını hatırlamıyorum; onu belirgin tasvirinden ötürü seçmiştim.

Sınıftaki birçok öğrenci bu reklam hakkında tam bir bilgi almıştı. Diğer öğrenciler ise sembolik olarak ilintili görüntüler görmüşlerdi. Örneğin, bir öğrenci Hindistan'ın bir vizyonunu görmüştü, ki bu reklamdaki Hint filiyle ilintiliydi. Bir başka öğrenci ezilmiş bir araba görmüştü, ki bu fil tarafından ezilen arabaya benziyordu. Her öğrenci reklamı olduğu gibi görememişti ama herkes onunla bir biçimde ilintili bir vizyon almıştı.

Biraz uygulamayla, siz hangi vizyonların gerçekçi ve hangilerinin sembolik olarak ilintili olduğunu ayırt edebilirsiniz. Her ikisi de farklı bir his verir. Sembolik vizyonlar yararlıdır. Onlar yumuşak bir biçimde sizi, eğer o vizyonu olduğu gibi görseydiniz anlamayabileceğiniz önemli mesajları görmeye yönlendirirler. Bazen zihnimiz katı gerçeklik yerine sadece sembolleri kabul edebilir.

İfade Etme ve Niyet

Belki görsel ilahi rehberlik almanın en önemli kısmı yanıtlanmasını istediğiniz soruların ifade edilişleri ve niyetleridir. Bir başka deyişle, siz neyi görmek istiyorsunuz? Semavi âlem sözlerimizden çok, ilahi rehberlik ricamızın altında ya-

tan niyete karşılık verir. O sadece bizim söylediğimiz şeyi değil, gerçekte neyi kastettiğimizi de görür. *Mucizeler Kursu*'nun çok güzel bir biçimde ifade ettiği gibi, "İstediğiniz şeyi alırsınız. Ama, bu duada kullandığınız sözlere değil, kalbin duasına verilen bir karşılıktır." *

Bu yüzden, ilahi rehberlik isterken, zihninizden değil kalbinizden geçenin üzerinde odaklanın. Eğer belirsiz hisler duyuyor, ya da karmaşa içindeyseniz, bunları kendinize ve Tanrı'ya açıkça itiraf edin. Böyle hisler, eğer onları görmezden gelir ya da yadsırsanız, giderek büyür ve karanlıklaşırlar. Tanrı'ya tam olarak neyi arzuladığınızı söyleyin, ve arzularınızla ilişkili farklı hisleri tarif edin. Tanrı kalbinizden geçeni zaten bildiğinden, bu açıklama sizin yararınıza olur. Bu durumda kendinizi ışığa açıyor olursunuz ki o içinizdeki her türlü gölgeyi alıp götürebilsin.

Belirsizlik, karmaşa ve korkudan kurtulduktan sonra, semavi âleme yönelttiğiniz sorular odaklanmış ve berrak hale gelirler. Berrak sorular berrak yanıtlar alırlar. O halde, ilahi âlemle iletişiminizin berraklığı sizin kendi benliğinize karşı ne kadar açık ve berrak olduğunuza bağlıdır.

Sorunuzu Kesin ve Açık Olarak Belirtmenin Adımları

1. Tanrı'nın yanıtlamasını istediğiniz bir soru düşünün. Yaşamınızın ilahi rehberlikten yararlanacak bir alanını seçin.

2. Ne tip bir rehberlik istediğinizi belirleyin, ve ricanızı tek bir soruyla ifade etmeye çalışın.

3. Soruyu oluştururken, fizyolojik tepkilerinize dikkat edin. Göğsünüzde, midenizde, alnınızda, çenenizde ya da avcunuzda bir gerginlik hissediyor musunuz? Kalp atışınız ya

* Foundation for Inner Peace, A Course in Miracles, Manual for Teachers, (Glen Ellen, CA) chap. 21, v. 3–4.

da solunumunuz hızlandı mı? Birden bu kitabı bırakıp bir başka şey yapmayı istediniz mi? Tüm bu endişe işaretleri sorunuzu bir belirsizliğin ya da karmaşanın kuşattığını gösterir.

Derin bir biçimde nefes almak üzere zaman ayırın ve kendinize ve Tanrı'ya aslında ne hissettiğinizi dürüstçe söyleyin. Sizin korkularınızı ve endişelerinizi analiz etmeniz gerekmez, hatta bunu yapmamanızı tavsiye ederim. Sadece bu duyguları itiraf edin ve onları Tanrı'ya verdiğinizi ve onların kaldırıldığını hissedin. Siz o korkuları ne istersiniz, ne de onlara ihtiyacınız vardır, bu yüzden lütfen kendinize hiçbirini saklamadan onları meleklerinize ve Tanrı'ya verin. Onlar dünün gazeteleri gibi yaşamınızda tamamen gereksiz bir yığıntıdır.

Siz bir korkuyu itiraf ettikten sonra, çoğunlukla, onun altında başka bir korkunun bulunduğunu göreceksiniz. Ve bu hisleri birer birer salıverirken, çok geçmeden hakkında ilahi rehberlik istediğiniz esas soruya ulaşacaksınız. Ayrıca, bu esas soruya ulaştığınızda, onun yanıtının aşikâr olduğunu da görebilirsiniz.

"Duru-berrak" sözcüğü tüm ilahi iletişim kanalları için önek olduğundan [durugörü (berrak görüş), duruişiti (berrak işitiş), durusezi (berrak hissediş), ve durubiliş (berrak biliş)] biz korkularımızdan ne kadar temizlenirsek, sorularımız ve aldığımız mesajlar da o kadar berrak olur.

Aldığım en derin ve güçlü vizyonlardan biri Tanrı'ya açık ve berrak bir biçimde sorduğum, "Sana nasıl daha yaklaşabilirim?" sorusuna yanıt olarak gelmişti. Bu soruyu bir tren istasyonunda beklerken duygularımın tüm gücüyle sormuştum. Okuduğum bir spiritüel kitap kendimi Tanrı'ya arzu ettiğim kadar yakın hissetmediğimi fark etmeme yol açmıştı. Bu idrak yüreğime acı vermişti. Bu acıdan kurtulmak istiyordum. Tanrı'nın beni kucaklamasını, rahatlatmasını ve

bana yakın olmasını istiyordum. Akli olarak, Tanrı ve ben bir olduğumuzdan, Tanrı'ya her açıdan ebediyen yakın olduğumu biliyordum. Ancak, Tanrı'nın benimle birlikte olduğunu gösteren duygusal bir kesinliğin açlığını çekiyordum.

Bu soruyu sorduğum anda. hoparlörden trenimin geldiğini duydum. Trene binmek üzere kalkıp istasyon binasından çıktım. İşte o anda görsel ilahi yanıtımı aldım. Trenin çevresinde yürüyen insanları gördüğümde gözlerime inanamayarak öylece kalakaldım. İnsanlar gördüğüm en parlak, beyaz ışıkla parlıyorlardı! İnsanların yüzlerini ve bedenlerini güçlükle görebiliyordum. Işık başka her şeyi karartmıştı. Bu oldukça bulutlu bir gün olmasına karşın, her insan bana bin-vat gücünde bir ampul gibi görünüyordu!

Bu vizyonun sorumun yanıtı olduğunu anladım. Ben zihnimden ve yüreğimden konuşmuştum. Görüntü şu gerçeği aktarmıştı: Biz herkeste Tanrısal ışık kıvılcımını görerek kendimizi Tanrı'ya yakın hissederiz. Ben kendimi Tanrı'dan ayrı hissettiğimden, kendimde ve başkalarında sadece karanlığı görüyordum. Tanrı bana bir başka görüş biçimi göstermişti, ve böyle yaparak da O'nun semavi sevgisine kendimi tekrar yakın hissetmeme yardım etmişti.

Tanrısal Kıvılcımı Görmek

Siz Tanrısal ışık kıvılcımını görmek için yeni ruhsal görünüzü kullanabilirsiniz. İçsel görünüzle, kendinizin ya da başka bir insanın mide bölgesinde küçük bir beyaz ışık kıvılcımı görmeye çalışın. O bir göktaşı gibi hareket edebilse de, aslında bir soba ya da ocağın kontrol lambasına benzer.

Sevgi dolu insanlar sevgisiz düşünceler barındıran insanlardan daha büyük "kontrol lambalarına" sahiptirler. Ama, herkesin içinde Yaradan'ın bu ışığı vardır. Başkalarında bu ışıkları görerek kendi içimizdeki Tanrısal ışığı da hep hatırlayabiliriz.

Melekleri Görmek

Siz ayrıca karşılaştığınız her insanı kuşatan melekleri görmeyi de öğrenebilirsiniz. Aramızda en az ruhsal-anlayışa sahip olan insanların bile iki koruyucu meleği vardır! Melekleri görmeye başlamanın kolay bir yolu da bir partnerle birlikte çalışmaktır:

1. Partneriniz yoğun-renkli bir duvarın önünde otursun. Duvarın hangi renkte olduğu önemli değildir, üzerinde desenler ya da resimler olmasın yeter. Odanın ışıklandırması da önemli değildir.

2. Gözlerinizin odağını yumuşatın, ve zihin-gözünüzün görüşü üzerinde konsantre olun.

3. Şimdi, bu insanın başının beş santim üzerine bakın. Sonra gözlerinizi onun başının ve omuzlarının çevresinde gezdirin.

4. Orada beyaz bir parlaklık görmeye çalışın. Ego'nuzun bunun sizin hayal gücünüz olduğunu söylemesine izin vermeyin. Arkadaşınızın başını, boynunu ve omuzlarını kuşatan beyaz bir aura görmeye çalışın. Bu saf beyaz renk koruyucu meleğin parlaklığıdır.

Bir insanın yanında ne kadar çok melek varsa, bu parlaklık o kadar daha güçlü ve parlak görünecektir. Arkadaşınızdan içinden yanına daha fazla meleği çağırmasını isteyin. Beyaz ışığın nasıl büyüdüğüne ve yoğunlaştığına dikkat edin. Arkadaşınızın yanına daha fazla melek toplandıkça, siz ayrıca "melek ışıkları"nın beyaz, mavi ya da yeşil renklerde parıldadığını da görebilirsiniz.

Odağınızı daha da kaydırarak, meleklerin eterik bedenlerinin, giysilerinin ve yüzlerinin ayrıntılarını da görebilirsiniz. Bu işlem karanlık ve kalabalık bir odaya girmeye benzer. İlk başta, siz diğer insanların mevcudiyetlerini hissedersiniz. Sonra, belirsiz siluetler görürsünüz. Gözleriniz karan-

lığa alıştıktan sonra, insanları giderek daha keskin ayrıntılarla görürsünüz.

Melekler Noel kartlarındaki ve Rönesans tablolarındaki geleneksel melek portrelerine çok benzerler. Onlar her şekilde görünebilir, ama kendilerini tanımamıza yardımcı olmak için bu geleneksel biçimlerde görünmeyi seçerler. Eğer biz bir meleğin nasıl görünmesi gerektiğiyle ilgili farklı bir kavrama sahipsek, melekler o şekilde görünürler. Onların tek güdüsü bize yardım etmektir. Bu yüzden, siz melekleri görmek için gözlerinizi ayarlarken, onların bu süreçte size yardımcı olacaklarından emin olun.

Arkadaşınıza ve diğer insanlara bakarken, ilk önce o beyaz parlaklığı görmeye çalışın. Sonra, içsel görünüzü kullanarak, bir meleğin belirsiz siluetini görmeye çalışın. Diğer durugörü alıştırmalarında olduğu gibi, lütfen görmek için kendinizi aşırı zorlamayın. Vizyonların size gelmelerine izin verin, o zaman arkadaşınızın çevresinde birçok melek görüp şaşırabilirsiniz. Melekler büyük olasılıkla çeşitli şekillerde ve büyüklükte olacaklardır. Bazı melekler çocuk melekler (cherub) olacak, bazıları da heybetli başmelekler olacaktır. Siz erkek, dişi, ve ne erkek ne de dişi görünen melekler görebilirsiniz. Birçok melek küçük kanatlara sahiptir, diğerleri ise büyük, kartal kanatlarına sahiptirler.

Bundan sonraki üç bölümde, melekleri ve Tanrı'nın sesini nasıl *işitebileceğiniz* konusu üzerinde odaklanacağız.

BÖLÜM 11

Duruişiti: Rehberliğin Sesini Dinlemek

Belki siz şu duruişiti deneyimlerinden birini yaşamışsınızdır.

- Radyoda size bir mesaj aktarır ya da düşüncenizi onaylar görünen bir şarkı duyarsınız.
- Küçük bir içsel ses bir karar vermenize yardımcı olur.
- Bir konuşmaya kulak misafiri olur, ve tam da işitmeye ihtiyacınız olan sözleri duyarsınız.
- Nereden geldiği belli olmayan güçlü bir ses sizi yaklaşan bir tehlikeye karşı uyarır.

İncil duruişitiyi "içimizdeki dingin, küçük ses" olarak nitelendirir, ve bu Tanrı'nın sesinin mükemmel bir tarifidir. Ancak, bu her zaman küçük bir ses olarak, ve sadece içimizden gelmez. "Duruişiti" ya da "berrak işitiş" semavi âlemin yayın sisteminden birçok farklı yönde ve yükseklikte gelir.

Duruişiti kendi dışınızdan gelir görünen fiziksel bir ses ile, yüreğinizde ya da başınızın içinde duyduğunuz bir ses arasında değişebilir. Tehlikede olduğumuz durumlar hariç, bu ses bir fısıltı olarak başlayabilir. Eğer biz ilahi rehberliği uzun bir süre duymazdan gelirsek, Tanrı bizim kulağımıza haykırabilir de. Ancak, duruişiti bize daima olumlu biçimlerde yol gösterir.

İlahi Rehberlik Haykırıldığı Zaman

Bir kriz ya da yaklaşan bir tehlike söz konusu olduğu zamanlarda semavi âlem dikkatimizi çekmek için çok yüksek bir ses kullanabilir:

JİM

1996'nın Ocak ayında, Jim Clark saatte 55 mille Palm Springs anayolunda araba sürerken tam önünde bir Lincoln Continental marka arabanın durduğunu fark etti. Lincoln'ün sürücüsü olan, ve anayolun karşı tarafına geçmek üzere sola dönmeyi bekleyen yaşlı kadın Jim'in ona doğru yaklaştığını görmemişti. Jim'in ona çarpması kaçınılmaz görünüyordu.

Jim var gücüyle frene bastı ve arabası yana savruldu. Birden yüksek bir ses Jim'e, "Direksiyonu bırak, ŞİMDİ!" diye bağırdı. Jim bu sese itaat etti, ve ellerini direksiyondan, ayağını da frenden çekti. Bu olaydan önce melekler ya da spiritualite hakkında pek düşünmemiş olan Jim direksiyonun kendiliğinden döndüğünü görünce şaşırdı. Sanki görünmeyen bir güç tarafından yönetiliyormuş gibi, fren pedalının yukarı aşağı hareket edişini izledi. Araba mucizevi bir biçimde zarar görmeden Lincoln'ün arkasında döndü. Anayolun yakınında on-kadem derinliğinde bir hendek uzanıyordu, ve Jim'in meleksi sürücüsü arabayı bu hendeğe düşürmeden doğrultmayı da başardı.

Jim'in arabası Lincoln'ün arkasından dolanırken, o dikiz aynasından geriye baktı. Arabası önündeki arabanın arkasından dolanıp anayolun dışına çıkarken büyük bir toz bulutunun kalktığını gördü. Anayoldaki tüm trafiğin durduğunu ve diğer sürücülerin bu olmak-üzere-olan kazayı izlediklerini gördü. Ancak o meleğin direksiyonu bırakması konusundaki yüksek sesli emrine uyduğu için her iki sürücü ve araba bu olaydan yara almadan kurtulmuştu.

Beni araba hırsızlarına karşı uyaran meleğin sesi de aynı şekilde yüksekti. Ben bu olayı anlattığımdan beri birçok insan benimle benzer öykülerini paylaştı. Örneğin Mary adlı bir kadın bir markette alışveriş yaparken, yüksek bir ses ona hemen marketten çıkıp arabasını kontrol etmesini söylemiş-

ti. Mary bu sesi önemsememişti. Ama, alışverişini bitirip dışarı çıktığında arabasının çalınmış olduğunu görmüştü.

Bizim onu duymamız gerektiğinde ilahi rehberlik yüksek ve berrak bir sesle gelir. Bazen, semavi âlem bizim daha yumuşak önerileri dinlemediğimizi fark ettiğinde, Tanrı'nın sesi yükselir. O zaman melekler bize ulaşabilmek için yüksek ve berrak bir rehberlikte bulunurlar!

Ben bir şifacı ve yazar olmam konusundaki ilahi rehberliği izledikten sonra çok doyum bulduğumu hissettim. Vizyonumu bütünüyle gerçekleştirdiğimden, artık ilahi rehberlik almayacağımı düşünüyordum. Bu yüzden de Tanrı'ya başvurmayı bıraktım. Bu büyük bir hataydı. İlahi rehberlik olmadan, ben önümde, arkamda, yanımda ne olduğunu bildiren bir hava trafiği kontrolörü olmadan uçan bir pilot gibiydim. Tanrı'nın ve yüksek benliğimin benim için tam olarak ne plânladığını bilmeden iş görmeye çalışıyordum.

Bu ilahi bilgi boşluğunda, ben gerçek misyonumdan çok cüzdanıma ve ego'ma çekici gelen bir çalışma yapmaya başladım. Bir "aşk doktoru", sık sık talk-show'lara konuk olan bir uzman ve "ilişkiler" konusunda öğütler veren bir köşe yazarı oldum. Kendi kendime insanlar aşk yaşamları yüzünden gerçekten acı çektiklerinden bunun yararlı bir uğraş olduğunu söylüyordum. Ancak derinlerde, kendime ihanet ettiğimi biliyordum. Bir aşk doktoru olmanın benim ilahi amacım olmadığını, çünkü bunun *bana hiç sevinç vermediğini* biliyordum. İsmimi kuşe kağıda basılmış kadın dergilerinde "Onun Bay Doğru Olduğunu Nasıl Bilebilirsiniz" ve "Onun Sizi Aldatıp Aldatmadığını Nasıl Bilebilirsiniz" gibi makalelerin üzerinde görüyordum. Bu makaleleri görmekten ya da kendimi talk-show'larda görmekten dolayı hiçbir doyum ya da sevinç duymuyordum.

Ancak bir aşk doktoru olarak iyi para kazanıyordum, ve bu düzenli gelirden vazgeçmek istemiyordum. Dergi editörle-

ri ve talk-show yapımcıları peşimdeydiler, bu yüzden bir aşk doktoru olarak hiç iş aramak zorunda kalmıyordum.

Beşinci Bölüm'de anlattığım gibi, melekler bana kendim için seçtiğim yaşamı boşa harcamayı mı düşündüğümü sorarak beni bu durumla yüzleştirdiler. Meleklerin bana ailemi onların bana getirecekleri derslerden ötürü seçtiğimi açıklamaları beni çok etkiledi. Ama, yaşam tarzımı değiştirmeme neden olacak kadar derinden etkilemedi. Bir aşk doktoru olarak ulusal televizyona çıkmak üzere ayda iki-üç kez New York ve Hollywood'a gitmeye devam ettim. Ancak, yüreğimi bu işe vermediğimden, zamanın büyük bölümünde kendimi yorgun hissediyordum. Böylece kendimi yapay olarak enerjilendirmek için gün boyunca bol bol kahve içiyordum. Sonra da, geceleri tüm bu uyarımı yatıştırıp uyuyabilmek için şarap içiyordum.

Melekler beni yaşamımı boşa harcadığım gerçeğiyle yüzleştirdiklerinde, onları çok güçlü, hissedilir bir mevcudiyetin eşlik ettiği yumuşak ve nazik bir ses olarak işitmiştim. Onların sessizce bana yaşam seçimlerim hakkında öğüt verirken beni kuşatıp dikkatimi çektiklerini hissetmiştim.

Bu sessiz rehberliği duymazdan geldiğimden, öyle görünüyor ki Tanrı benim kulak vermem için gerçekten yüksek bir ses duymam gerektiğine karar verdi. Beni daha sonra araba hırsızları hakkında da uyaracak olan aynı sesin derinden gelen ve kuvvetli bir biçimde, "İçkiyi bırak ve *Mucizeler Kursu*' na gir!" dediğini duydum. Bu meleksi bir öneriden çok kesin ama sevecen bir emirdi. Bu kez Tanrı benim dikkatimi çekmişti. *Mucizeler Kursu*'nun ne olduğunu keşfetmek için bir araştırma yaptım. Bunun gidip bir yerden aldığınız bir kurs olduğunu düşünmüştüm, ama onun öğretileriyle ilgili yanlış kavramları düzeltmek için İsa Mesih tarafından dikte ettirilmiş bir kitap olduğunu öğrendim.

Bu ilahi emri izlemeye hazır olmam altı ay aldı. Ama

bunu en sonunda yaptığımda içki içmeyi bıraktım ve aynı gün *Mucizeler Kursu* kitabını satın alıp incelemeye başladım. *Kurs* üzerinde ölçülü bir biçimde meditasyon yaparken yaşamım iyileşmeye başladı. *Kurs*'un "Öğrenciler İçin Çalışma Rehberi" adlı bölümündeki bir-yıllık meditasyon programı içimdeki o dingin, küçük sese uyumlanmama yardım etti.

Meleklerim dikkatime artık işitip daha çok güvenebildiğim birçok yaşam dersi sundular. İçkiyi bırakıp *Kurs*'u incelemeye başladıktan kısa bir süre sonra bana öğrettikleri bir ders bütünlük içinde yaşamaktı. Bu bilgeliği zihnimin ve kalbimin derinliklerinde duydum. Melekler sevgi duygularının eşlik ettiği çok yumuşak bir sesle, kendimle ilgili en yüksek imajıma aynalık yapmayan tüm davranışları bırakmam gerektiğini açıkladılar.

Bunun kadın dergilerinden ve talk-show'lardan gelen düzenli gelirden vazgeçmem anlamına geldiğini biliyordum. Ancak, meleklerle ne kadar aynı fikirde olursam olayım, onların gerçek dünyayla temasta olmadıklarından da kuşkulanıyordum. Kendi kendime, "Eh, melekler faturaları nasıl ödeyeceklerini düşünmek zorunda değiller, bu yüzden onlar için böyle yüklü bir parayı geri çevirmemi söylemek kolay," diye düşünüyordum. Ancak, içimden onların beni imanla yürümeye çağırdıklarını biliyordum. Daha iyi bir şeyin gelebilmesi açısından gerekli boşluğu yaratmak için yanlış işleri bırakacak cesareti toplamalıydım.

Bana yüksek-ücretli bir aşk doktoru yazısı işini teklif eden bir dergi editörüne hayır dediğim ilk sefer kendimi çok mutlu hissettim. Bu his meleklerin haklı olduklarını doğruluyordu. İlahi misyonuma hizmet etmeyen tüm davranışları bırakmalıydım. Bir dergiyle yapmış olduğum aşk-öğütleri yazma kontratını bozmak zorunda kaldığımda, derginin baş editörü beni bu yüzden dava edebileceklerini ima etti. Bu-

nun gerçekleşmemesi için dua edip durdum, birçok arkadaşım ve ailem de beni dualarıyla destekledi. Bu dergi en sonunda olayı dava konusu yapmadan benim yerime bir başka köşe yazarı aldı, ve bana özgür olduğumu bildirdi. Bu zaman esnasında, spiritüel yönelimli seminerlerimden, makalelerimden ve kitaplarımdan gelen gelirim artmaya başladı. Her türlü aşk doktorluğu faaliyetim sona erdiği sırada bankada her zamankinden daha fazla param vardı!

Gerçek ilahi rehberlik, daha önce de söylediğim gibi, tekrar tekrar ve tekdüze bir biçimde gelir. Eğer ilahi rehberliğinizi dinlemez ya da izlemezseniz, semavi âlem siz bunu yapana dek onu tekrarlayacaktır. Eğer hâlâ onun yardımını anlamazsanız, ya da duymazdan gelmeyi seçerseniz, o bu kez sesini yükseltebilir. Bu özellikle eğer semavi âleme size yardım etmesi için dua ediyor, ama yanıtları duymazdan geliyorsanız geçerlidir. Ben de böyle yapıyordum: bir yandan Tanrı'ya bana yardım etmesi için dua ederken, aynı zamanda da O'nun bilgeliğini bariz bir biçimde duymazdan geliyordum. O'nun zihnimdeki gürültüyü aşıp bana ulaşabilmesinin tek yolu haykırmaktı: "İçkiyi bırak ve *Mucizeler Kursu*'na gir!" O'nun buna "Allah aşkına!" sözünü eklememesi beni şaşırtmıştı!

Bunalım, kriz zamanlarında Tanrı'nın bize ulaşmasını güçleştirebiliriz. O bizi rahatlatmak ve durumu çözmemize yardım etmek ister. Ancak biz çılgın bir halde kendimizden geçmişken semavi âlemin bize sunduğu yardımların farkında olmayız. Böylece o zihnimizdeki gürültüye ancak bağırarak nüfuz edebilir.

BRIAN

Brian işe gitmek için aceleyle giyinirken, cüzdanın kayıp olduğunu fark etti. Cüzdanı koymuş olabileceği yerlere, çalış-

ma masasının çekmecesine, önceki gün giydiği pantolonun cebine, banyoya, mutfak masasına baktı, ama onu bulamadı. Brian paniğe kapıldı.

Evde dört dönerek yastıkların, kâğıtların ve diğer eşyanın altına baktı, ama cüzdan yoktu. Nerede olabilirdi? İşe gitmesi gerekiyordu ve o gün paraya ve kredi kartlarına ihtiyacı olacaktı. Tam Brian tekrar yatak odasına girerken, sağ kulağının üzerinde güçlü bir ses, "O senin dolabında, pardösünün altında!" diye bağırdı. Brian çok şaşırdı, daha önce hiç böyle bedensiz bir ses duymamıştı. Yine de, o kadar çaresizdi ki dolabın altına düşmüş pardösüsünü kaldırıp baktı. Tıpkı sesin söylediği gibi, cüzdanı orada duruyordu!

Dingin, Küçük Ses Yaşam Kurtarıcı Olabilir

Çoğunlukla, ilahi rehberlik zayıf bir ses olarak gelir, ve eğer onu dinler ve izlersek, yaşam-değiştirici hatta yaşam-kurtarıcı olabilir. Bu, eğer zor bir durumdaysak ve Tanrı'ya yardım almak için dua ediyorsak özellikle geçerlidir. O bizi alçak ve dingin bir sesle yanıtlayabilir, çünkü O kendi perspektifinden her şeyin düzeleceğini görür. Ancak, bizim perspektifimizden, biz o kadar iman dolu olmayabiliriz. Eğer bir kriz sırasında sinirli ve telaşlı olursak, bizi rahatsız durumlardan ve krizlerden kurtarabilecek anahtarı sunan ilahi rehberliği duymayabiliriz.

RON

Ron Paul'un arabası gece saat ikide Los Angeles'in özellikle geceleri çok tehlikeli sayılan bir bölgesinde bozuldu. Ron çaresizlik içinde arabasından inip oradan geçen bir arabayı durdurdu. Arabadaki adamlar Ron'u evine bırakmayı kabul ettiler.

Ama, Ron iki-kapılı arabanın arka koltuğuna oturduk-

tan sonra başının dertte olduğunu anladı. Adamlar aşağılayıcı sözlerle birlikte Ron'u bir parka götüreceklerini söylediler. Ron dayak yeme ya da öldürülme tehlikesiyle karşı karşıya olduğunu biliyordu, ama bu iki-kapılı arabada arka koltukta kapana kısılmıştı. Adamlardan arabadan inmesine izin vermelerini istedi, ama onlar bunu reddettiler.

Ron hararetle dua etmeye başladı. Tanrı'ya, "Sen daha önce bana hep yardım ettin. Şu anda senin yardımına çok ihtiyacım var!" dedi. O sırada araba bir kırmızı ışıkta durmuştu. Birden, Ron içsel bir sesin ona, "Ön koltuğu it ve hızla sağ kapıdan dışarı fırla," dediğini duydu. Ron bu sese itaat etti ve hemen ön koltuğu itip kendini dışarı attı, doğrusu bunu yapabildiğine kendisi bile şaşırmıştı.

Ron koşmaya başladı, ancak adamlar bağırarak onu arabayla izliyorlardı. Tam o sırada bir kent otobüsü oradan geçiyordu. Ron otobüsü durdurdu, sürücü kapıyı açıp onu içeri aldı. İçeride hiç yolcu yoktu. Ron sürücüye tehlikede olduğunu açıkladı, ve sürücü de Ron'u evine kadar bırakmayı teklif etti. Arabadaki iki adam otobüsü bir süre kovaladılar ve sürücüye bağırarak Ron'u bırakmasını söylediler. En sonunda arabadaki adamlar otobüsü kovalamayı bıraktılar, ve Ron evine ulaşıp kendini güvende hissedebildi.

Ertesi gün, Ron kurtarıcısına teşekkür etmek için o otobüs şirketini aradı. Ancak, o sürücüyle konuşmak istediğini söylediğinde, ona bu isimde ya da bu tarife uygun birinin o şirkette çalışmadığını bildirdiler. Ron otobüs hareket memuruna sürücü hakkında daha ayrıntılı bilgi verdi, ve otobüsün kendisini saat kaçta hangi sokaktan aldığını söyledi. Hareket memuru Ron'a, kesin bir dille, şirketin o saatte o hatta çalışan bir otobüsü bulunmadığını bildirdi.

O zaman Ron duruişitisinin ona -yaşamını kurtarmak için mucizevi bir biçimde bir otobüs sürücüsü olarak tezahür eden bir melek tarafından kurtarılmak üzere- ilahi bir bi-

çimde rehberlik yaptığını anladı.

Dingin, Küçük Sesi Duymak

Semavi âlemden sorularımıza yanıt olarak gelen sessiz bilgeliği işitmeye bilinçli olarak karar verebiliriz. Ülkenin her yanındaki kitabevlerine metafiziksel ürünler satan arkadaşım Virginia'nın yapmaya karar verdiği de buydu.

VİRGİNİA

Virginia ilahi yaşam amacıyla ilgili bir alanda çalışmaktan kaynaklanan mutlu bir pırıltı yayar. Virgina işini sever, ve bunun sonucunda da büyük bir başarının hazzını yaşar.

Ancak kısa bir süre önce o bir zorlukla karşılaştı. Her ne zaman ülkenin en büyük metafiziksel mağazasının satın alma müdürünü arasa, onu ofisinde bulamıyordu. Adam Virginia'nın telefon mesajlarına da karşılık vermiyordu. Metafiziksel anlayışa sahip bir insan olarak, Virginia müdüre öfkelenerek vakit harcamadı. Onun yerine, "Ben bu duruma neden olacak ne yapıyorum?" diye düşündü.

Virginia yüksek benliğinin bilgeliğinden, "Onun senin ürünlerini almasını gerçekten beklemiyorsun, bu yüzden onu yanlış zamanlarda arıyorsun," diyen bir yanıt aldı. Virginia bu yanıtı işitince söylenenin doğru olduğunu hissederek yutkundu. Derinlerde, o müşterinin kendisini geri çevireceğine inanıyordu. Olumsuz beklentileri bu konuda başarılı olamayacağı bir hava yaratıyordu.

Böylece, önce bu durumla ilgili düşüncelerini düzeltmek üzerinde çalıştı. Virginia onaylamalardan hoşlandığından, her gün ürünlerinin o müşterinin mağazasında satıldığını onayladı ve imgeledi. Başarıya ulaşacağına emin olana dek olumsuz düşüncelerini olumlu düşüncelerle değiştirdi.

Yeni güvenli yaklaşımıyla, Virginia meleklerinden bu

müşteriyi ne zaman araması gerektiğini söylemelerini istedi. Her gün, meleklerine, "Onu şimdi arayabilir miyim?" diye soruyordu. Üç gün boyunca küçük bir sesin, "Şimdi zamanı değil. Biraz daha bekle," dediğini işitti. Bu ses, Virginia'nın zihninde, ancak kendi düşüncelerini susturunca duyabileceği yumuşak bir yankı gibiydi.

Dördüncü gün, Virginia yine meleklere, "Şimdi onu arayabilir miyim?" diye sorduğunda, bu kez melekler, "Evet. Onu hemen şimdi ara," diye yanıtladılar. Virginia hiç duraksamadan müdürün telefon numarasını çevirdi. Adam bu telefonu hemen yanıtladı, ve çok dostane bir yaklaşımla onu ofisine davet etti. Buluştuklarında, müdür Virginia'nın umduğundan da daha büyük bir siparişte bulundu. Virgina daha sonra bana şöyle dedi: "Şimdi ilahi zamanlamanın doğru zamanlamayı sormayı istemem gerektiği anlamına geldiğini biliyorum."

Virginia'nın öyküsü ilahi rehberliği işitmeye açık olmanın önemini vurguluyor. Eğer o bu işte başarıya ulaşma konusundaki beklentilerini değiştirmesiyle ilgili semavi öğüdü işitmeye kapalı olsaydı, Virginia onu işitmezdi. Birçok öğrencim ve müşterim, "Ben iç sesimi duyamıyorum," ya da "Tanrı'nın, meleklerin bana ne söylemeye çalıştıklarını bilmiyorum," hatta, "Tanrı benimle asla konuşmaz," der. Oysa, çoğu zaman, onlar ilahi rehberliği duymayı gerçekten *istemezler*.

Virginia ayrıca zihnindeki düşünceleri susturmaya gönüllüydü ki ilahi rehberlik için alıcı bir uydu anteni gibi olabilsin. Ne de olsa, zihinsel gevezelik semavi âlem bizimle konuşurken dikkatimizi dağıtan bir parazit yaratır. Rahibe Teresa bir zamanlar, "Konuşmadan önce, dinlemeniz gerekir, çünkü Tanrı kalbin sessizliği içinde konuşur," demişti. Virginia tüm diğer düşünceleri zihninden çıkarabildiği için berrak bir rehberlik almakta başarılıydı. Siz de -özellikle eğer Tanrı'dan ve meleklerden zihninizi temizlemenize yardım etme-

lerini isterseniz- bunu yapabilirsiniz. Unutmayın ki semavi âlem bize *her konuda* yardım edebilir, ama önce, bizim yardım istememiz gerekir.

Bazen de onun geçerliliğine güvenmediğimiz için ilahi rehberliği işitmekten korkarız:

MARTHA

Martha Naravette bana sırt ağrısı için ruhsal şifa almak üzere gelmiş bir lise müdürüydü. O bana fizik tedavi, omurga tedavisi, enerji tedavisi ve bitkisel tedavi de dahil olmak üzere her şeyi denediğini ama sırt ağrısının bir türlü geçmediğini anlattı. Martha işinden hastalık izni almıştı, ve sağlık sigortası onun sırt rahatsızlıklarında uzman bir doktoru görmesini gerektiriyordu. Ortopedik cerrah hemen ameliyat olmasını tavsiye etmişti. İşte o zaman Martha ruhsal şifa için bana gelmişti.

Onun umutsuzluk içinde olduğunu görebiliyordum. Martha sırt ameliyatı olmak istememesine rağmen, başka bir çare bulamadığından bunun tek çözüm olup olmadığını merak ediyordu. Ben ilahi rehberliği engelleyen bir erteleme taktiği olarak gerçekmiş gibi görünen fiziksel hastalık ve acı deneyimleri yarattığımıza da inanırım. Hastalığı yaşarken Tanrı'nın sesini işitemeyecek kadar acımızla meşgulüzdür. Bu yüzden ben sık sık ruhsal şifa seanslarıma müşterime, "Tanrı sana işitmeye korktuğun ne söylüyordu?" diye sorarak başlarım.

Bu soru genelde müşterilerimi şaşırtır, ama dürüst bir yanıtı da ortaya çıkarır. Martha derin bir nefes aldı. O bunu yaptığında, ben meleklerin onun sırt ağrısının yanlış lisede çalışmaktan kaynaklandığını söylediklerini işittim. Melekler Martha'nın ailesine yakın olmak için ülkenin başka bir bölgesine taşınıp orada çalışmak istediğini söylediler. Onlar ayrıca Martha ile patronunun sık sık kişilik çatışmaları yaşa-

dıklarını açıkladılar: Melekler Martha'nın ailesinin evinin yakınındaki bölge lisesine başvurmasını tavsiye ediyorlardı. Ancak, patronuyla barış yapana dek şimdiki işini bırakmamasını istiyorlardı.

Martha'nın kabul ve tasdik etmeye korktuğu ilahi rehberliği duymuş olmama karşın, bunu bana onun söylemesinin daha iyi olacağını biliyordum. Eğer bunu ona ben söylersem, Martha bunun geçerliliğine inanmayabilirdi. Ama, eğer onun semavi âlemin sesini işitmesine yardımcı olursam, Martha onun bilgeliğini izlemeye daha eğilimli olabilirdi.

"Ben... bilmiyorum," diye kekeledi Martha. "Tanrı'nın dualarıma verdiği yanıtları işitmeye çalışıyorum, ama bunun benim hayal gücümden kaynaklanmadığına bir türlü emin olamıyorum."

Bu benim ilk soruma verilen ortak bir yanıttır. Ancak, herkes derinlerde Tanrı'nın kendisine ne dediğini bilir. Dolayısıyla, ben daima müşterim ilahi rehberliğini kabul ve tasdik edene dek onu biraz zorlarım. Böylece farklı bir yol deneyerek, "Sırtın sana ağrısı konusunda ne söylemeye çalışıyor?" diye sordum. O zaman Martha adeta fısıldayarak, "O korkuyorum diyor," dedi.

"Peki, neden korkuyorsun?" diye bu kez soruyu Martha'nın sırtına yönelttim.

Bu soru üzerine, Martha birkaç dakika önce meleklerinden işittiğim ilahi rehberliğin aynısını aktardı. Hızlı hızlı soluyarak, şimdiki işini bırakmaktan ne kadar korktuğunu açıkladı. Ya başka bir iş bulamazsa ne olurdu? Ya daha az ücretli ya da daha az prestijli bir işi kabul etmek zorunda kalırsa? Yirmi dakika kadar konuştuktan sonra, Martha'ya sırtının ağrıyıp ağrımadığını sordum. O tüm seans boyunca hiç ağrı hissetmediğini fark edince çok şaşırdı.

Martha'ya ilahi rehberliğini daha kolayca işitip tanıyabilmesi için bu kitapta yer alan aynı yöntemleri öğrettim. O

bu rehberliği adım adım izleyerek, ailesinin evinin yakınındaki okula başvuruda bulundu. Üç ay içinde eski işinden daha prestijli ve yüksek-ücretli bir iş buldu. Bugün, Martha'nın sırtı hiç ağrımıyor ve o artık ilahi rehberliği işitmekten korkmuyor.

İlahi rehberlik bize büyük küçük her türlü sorunda yardımcı olabilir. Semavi âlemin bize sadece büyük yaşamsal sorunlarda yardım ettiğine inanmak bir hatadır. O bize hayal edilebilecek her türlü güçlükte yol göstermeyi arzular.

Arkadaşım Richard emekli bir mühendistir. Yirmili yaşlarında geçirdiği bir ölümden-dönme deneyimi Richard'ın semavi âlemin ışığının ve sevgisinin farkında olmasına yol açmıştır. Ancak hâlâ onun mantığı Tanrı ve melekler hakkında kuşkular yaratıyordu... ta ki teybini tuvalete düşürene dek...

RİCHARD

Richard bir rüya günlüğü tutmak istiyordu, bu yüzden yatağının başucuna bir kalem ve defter koymuştu. Ancak sabahları hep rüyalarını yazmayı unutuyordu. Böylece eşi Cathy ona küçük, sesle çalışan bir teyp armağan etti. Richard uyanır uyanmaz, teybi gömleğinin cebine koyup ona rüyalarını kaydediyordu. Teybi aldıktan iki hafta sonra, Richard banyoyu temizlerken öne doğru eğildi ve teyp onun şaşkın bakışlarının önünde gömleğin cebinden tuvalete düştü. Richard hemen teybi çıkarıp çalıştırdı. Ama teyp çalışmıyordu, bozulmuştu.

Richard suyun teybe kontak yaptırdığını ve tamir edilemez bir biçimde zarar verdiğini düşündü. Canı sıkılmıştı, karısının armağanının bozulmasına nasıl bir tepki göstereceğini bilmiyordu. Richard oturmuş teybe bakarken, ve ne yapacağını düşünürken, içinden gelen bir ses, "Richard, onu

dışarı çıkar ve güneşte kurut," dedi. Richard gülümsedi, çünkü bu ses ona ölümden-dönme deneyimi sırasında karşılaştığı meleği hatırlatmıştı. O bu sesin koruyucu meleğine ait olup olmadığını sordu. Ses hemen,"Evet!" diye yanıtladı.

Kuşku duymasına rağmen, Richard meleğin rehberliğine itaat etti ve teybi dışarı çıkardı. Ancak bu sırada, "Ne yaparsam yapayım, teyp mahvoldu. Onu kurutsam da kurutmasam da çalışmayacak," diye düşünüyordu. Allahtan, Richard'ın kuşkuları meleklerinin düzenlediği küçük mucizeyi etkilemedi. Teybi güneşte bıraktıktan sonra, Richard içeri girip Cathy'nin teybi satın aldığı dükkânı aradı. Onlar Richard'a iki saat içinde dükkâna gelmesini, onu yeni bir teyple değiştirebileceklerini söylediler.

Bir-buçuk saat sonra, Richard teybi güneşli verandadan alıp değiştirmek üzere dükkâna götürmeye hazırlandı. Arabasının anahtarını almak üzere içeri girerken, koruyucu meleğinin, "Onu çalıştır," dediğini duydu.

Richard'ın ilk düşüncesi, bunun bir işe yaramayacağı idi. Ancak, kuşkuculuğuna rağmen, teybin düğmesine bastı ve o çalıştı! Richard, kontak yapmış bir mekanizmanın nasıl tamir olduğu konusunda kafa patlatırken, meleğinin, "Bir şey değil!" dediğini duydu. Richard bir mühendis kafası için gerçek bir mucize olan şeye şaşarak oturdu. Teybe baktı ve meleğine teşekkür etti.

Duruişiti Diğer Kanallarla Birleştiğinde

Bazen, Tanrı'nın sesine bir vizyon, bir his, ya da bir biliş gibi diğer ilahi iletişim kanalları eşlik eder. Patrice Karst için de durum buydu.

PATRİCE

Patrice dünyada yüksek bir amaca hizmet edeceğini daima

biliyor, ama bunun nasıl bir şey olacağını bilmiyordu. Böylece, Patrice Tanrı'ya ona ne yapacağını göstermesi için içtenlikle dua etti. İlk başta hiçbir şey olmadı: Semavi âlemden ne bir işaret ne de bir söz geldi. Allahtan, Patrice umudunu asla yitirmedi ve dua etmeyi sürdürdü.

Sonra, bir Cumartesi sabahı, Patrice birden uyandı. Gözlerini açtığında, önünde şu sözleri gördü: "Tanrı Kolaylaştırdı." Aynı anda, aynı sözleri söyleyen bir ses işitti. Patrice'in ilk aklına gelen şey bunun iyi bir kitap ismi olacağıydı. "Belki bir gün bu kitabı ben yazarım," diye düşündü ve gözlerini kapayıp tekrar uyumaya hazırlandı.

Ama uyuyamadı. Güçlü bir his ona, "Şimdi kalk ve bu kitabı yaz," diyordu. Bu his kuşku götürmez bir berraklıktaydı, ve o Patrice'e bir rica değil, bir emir gibi gelmişti. Kalkıp bir kalem kâğıt aldı. Daha önce ona "Tanrı Kolaylaştırdı" diyen aynı iç ses bu kez ona yazacağı cümleleri dikte ettirdi. Bir saat sonra, elyazısıyla yirmi sayfa yazmıştı. Ses sonra ona, "Bu bir kitap olacak, tüm dünyaya yayılacak, gezegenin insanlarına Tanrı denen harikayı yeniden tanıtacak," diye bildirdi. Ertesi yıl Warner Yayınevi Patrice'in bu içsel diktesini *Tanrı Kolaylaştırdı* adıyla yayınladı.

Bir Başkasının Duaları Bizi İlahi Rehberliğe Yönlendirdiğinde

Biz yaşamı tehdit edici durumlarda ve -yanıtlar, öneriler ve rehberlik almaya yönelik- dualarımıza bir karşılık olarak ilahi rehberlik alırız. Biz ayrıca Tanrı'nın sesinin bizi, *başka* insanların dualarına karşılık olarak yönlendirdiğini de işitiriz.

Uzun bir taş merdivenden Dana Point kumsalına inerken, önümde iki küçük çocuğuyla yürüyen bir kadın gördüm. Benim yaşlarımda görünen kadının saçları dökülmüştü ve

bir kep giyiyordu. Onun ciddi bir hastalığa yakalanmış olduğunu fark edince, "Ah, hayır," diye düşündüm. İlk başta, onu düşünmemeye ya da onunla ilişki kurmamaya çalıştım. Sonra, yüksek benliğim devreye girdi ve bana rastlantı diye bir şeyin olmadığını hatırlattı. İlahi düzen bu merdivende beni bu kadının hemen ardına bir nedenden ötürü koymuştu.

Kısa bir süre önce fiziksel mücadeleler veren insanlarla çalışma konusunda bir ilahi rehberlik almıştım. Bununla birlikte, o güne dek, yıllar önce ailemin katılmış olduğu Hristiyan Bilim (Christian Science) kilisesinin bana verdiği "hastalığı düşünmezseniz hastalanmazsınız" şeklindeki anlayıştan ötürü fiziksel olarak hasta insanlarla ilişki kurmaktan kaçınmıştım. Ancak, durumun ruhsal özünü biliyordum: aslında, bu kadın hasta değildi, ve benim her ikimiz hakkında düşünürken zihnimi fiziksel katın üzerine yükseltmem gerekiyordu. Bizim tek bir zihne sahip olduğumuz, ve bedenin sadece bir illüzyon olduğu gerçeğine sahip çıktım. İlahi rehberlik bana bu kadının bir binadan çıkan birine benzediğini, çünkü onun ruhunun sadece bu fiziksel kattan ayrılmakta olduğunu söyledi. Bunda korkulacak hiçbir şey yoktu. O buradaki işini bitirip yuvaya dönmeye karar vermişti, o kadar.

Ben bunu düşünürken, içimden gelen bir ses onunla konuşmamı söyledi. Ama, bunu nasıl yapacaktım? Benim koşup onunla bir konuşmayı başlatmamın gösterişçi ve gülünç bir davranış olup olmayacağını düşündüm. Tam o sırada, kadının kızı yavaşlamaya başladı. Küçük kızın elinde büyük ve ağır görünen bir naylon torba vardı ve ona, "Onu taşımana yardım etmemi ister misin?" diye sordum. Kız başını sallayarak "Hayır" dedi. Ancak bir an sonra bana baktı ve, "Tekrar düşündüm de, evet isterim," dedi ve içinde patenlerinin bulunduğu naylon torbayı bana verdi.

Küçük kızla konuşmaya başladık. Adı Natalie idi, on-iki yaşındaydı ve San Clemente'den gelmişti. Kumsala yaklaşır-

ken, benim varlığımı fark etmemiş olan annesi Natalie'ye, güzel bir İngiliz aksanıyla, "O torbayı taşıyabiliyor musun?" diye sordu. Sonra dönüp beni görünce şaşırdı. Kendimi tanıttım ve kadına bilinçli olarak sevgi enerjisi aktardım. Natalie park yerinde paten kaymak istemediğine karar verdi. Annesi de bana Natalie'nin kumsalda benimle birlikte yürüyüp yürüyemeyeceğini sordu.

Elbette kabul ettim. Birlikte yürürken Natalie oğlanlar, okul ve üvey-babası hakkında canlı bir biçimde konuşuyordu. Annesinin hastalığı hakkında konuşmak istemediği belliydi, ben de onu buna zorlamadım. Deniz kıyısında durduk ve Natalie bana su üzerinde taş kaydırmayı öğretti. Güçlü bir kolu vardı ve o sırada yanımızdan geçen bir adam bile durup onun bu taş fırlatma becerisine hayranlıkla baktı.

Deniz kıyısında dururken, ben de Natalie'ye ayaklarımızı ıslatacak bir dalgaya durmasını emretmeyi öğrettim. "Dur! Orada kal!" diye suya emrediyordum, ve o her seferinde ayaklarımızı ıslatmadan durup denize geri çekiliyordu. İlk başta Natalie kuşkuyla bakıyordu. Sonra o da aynı şeyi denedi, ve beş seferin dördünde başardı. Ona, "Ne kadar güçlü olduğunu görüyor musun?" diye sordum.

"Ben hiç de güçlü değilim," diye karşı çıktı.

"Sen *çok* güçlüsün, Natalie" diye ona güvence verdim. Bundan sonra, Natalie başarıyla suya durmasını emretti. Bir başka insanı teşvik edip cesaretlendirirken, kendi endişelerimi hiç düşünmediğimi fark ettim. Bu vermenin armağanıydı.

Natalie annesine ve kızkardeşine katıldıktan sonra, onlarla vedalaşıp eve doğru yürümeye başladım. Ama, içimden gelen ses beni ayrılmadan son bir şey yapmaya yönlendirdi. "Bak," dedim, Natalie'ye. "Sana meleklerimden birini vereceğim." Sağ omzumun üzerindeki bir meleğe benimle gelmesini işaret ettim. Sonra onu Natalie'nin sol omzunun üzerine

doğru yönlendirdim. "Onun adı Priscilla, ve sen onunla her zaman konuşabilirsin. Benimle her ne zaman konuşmak istersen, Priscilla'ya söyle yeter, o beni haberdar edecektir."

"Nerede?" Natalie sol omzuna bakmaya çalıştı. "O nerede?"

"Onu göremezsin, ama hissedebilirsin," dedim. Belki Natalie Priscilla'yı bir gün görecekti. Eğer onlar karanlıkta konuşurken, küçük kız ona endişelerini, umutlarını ve düşlerini anlatırsa, hiç kuşkusuz çok yakın arkadaş olacaklardı.

Natalie, "Gelip bizimle konuştuğun için çok mutluyum," dedi.

"Ben de," dedim. Sonra şöyle ekledim: "Senin çok iyi olacağını hissediyorum!"

Natalie bu sözlere şaşırmış göründü. "Neden iyi olmayalım ki?" diye sordu.

Evet, gerçekten öyle, diye düşündüm. Birinin iyi olmayacağını neden bekliyordum ki? Her şey bir yana, içimdeki ses asla beni en iyi durumları deneyimlemekten başka bir şeye yönlendirmeyecekti ki.

İlahi Rehberliği Dinlemek

İçimdeki ses beni çeşitli biçimlerde yabancılara yardım etmeye yönlendirir, ve ben onun ilahi rehberliğine güvenmeyi öğrendim. Şimdi bu ses bana, "Git o evsiz adama biraz para ver, " ya da "Oradaki kadına bir merhaba de" dediğinde nadiren tereddüt ediyorum. Bu deneyimler her zaman beni ilişki kurduğum bu insanlar kadar, hatta daha fazla zenginleştirir. Bu ilahi direktifleri aldığımda Tanrı'nın benden birisinin dualarına karşılık vermesine yardım etmemi istediğini bilirim.

Melek okuması ve ruhsal şifa seanslarım sırasında sık sık duruişiti rehberliği alırım. Onu bazen, "Babayı bağışla"

gibi kısa ve güçlü bir cümle olarak işitirim ve bu da müşterimin babasının kendisine karşı davranışlarını bağışlamadığını bilmemi sağlar. Ayrıca semavi âlemden ayrıntılı açıklamalar duyduğum da olur. O zaman bir çevirmen gibi davranarak, kendi kanılarımı ya da yorumlarımı katmadan bu ilahi rehberliği müşterime sözcüğü sözcüğüne aktarırım. Bu aktarım biçimi müşterime sunulan ilahi rehberliğe benim ego'mun ve yorumlarımın karışmamasını sağlar.

Biz her ne zaman semavi yardım istesek, ilahi rehberlik alırız. O bizim dualarımıza verilen yanıttır. O zaman bize düşen görev Tanrı'nın yönlendirmelerini fark edip izlemektir. O'nun her şeye kâdir bilgeliği ve yaratıcılığıyla birleşen insani çabalarımız her soruna mükemmel çözümleri yaratır. Eğer biz ilahi rehberliği duymazdan gelir ya da herhangi bir nedenle onu izlemeye korkarsak, dualarımızın yanıtlanmadığını sanabiliriz. Oysa, *biz* işitmemekteyizdir. İşte bu yüzden ilahi iletişim kanallarımızı açmak Tanrı'yla birlikte-yaratmamıza yardımcı olur.

Yıllar önce yeni bir ev bulmama yardımcı olan ilahi rehberliği aldığımda ruhsal kulaklarım açık olduğu için şükran duyuyorum:

O sırada, küçük bir nehrin yakınındaki kalabalık ve yüksek kiralı bir apartmanda yaşıyordum. Bir sabah, apartman yaşamından bıkmış bir halde uyandım. Kira ödemekten, küçük mutfağımdan ve banyomdan, pencereden baktığımda bir su manzarası görememekten bıkmıştım. Ne istediğimi çok berrak bir biçimde biliyordum ve kararlı bir biçimde Tanrı'dan bunu bana vermesini istedim. Belki mevcut durumum artık canıma yettiğinden ilahi rehberlik ricam tam yerini bulmuştu. Ayrıca istediğim şey hakkında hiçbir kuşku duymuyordum; bu da, hiç kuşkusuz, Tanrı'nın duamı hemen yanıtlamasına neden oldu.

Zihinsel olarak dedim ki: "Artık bu apartmana daha

fazla dayanamayacağım. Hemen buradan çıkmak istiyorum! Sahibi olacağım, su kıyısında bulunan, ve aylık ödemeleri şimdiki kiramdan daha az tutan bir evde yaşamayı hak ediyor ve istiyorum. Ayrıca birikmiş param olmadığından, bu eve peşin bir para ödemeden sahip olmak istiyorum."

Kısa bir süre sonra, arabamla işe giderken, içimden gelen yüksek bir ses kesin bir ifadeyle hemen sağa dönmemi söyledi. Bu emir öyle ani ve güçlü bir biçimde gelmişti ki, ben hemen ona uymaktan başka bir şey yapamadım. Daha önce bu yolun sadece belli bir noktasına kadar gitmiştim, ama ses bana daha da ileri gitmemi söyledi. İşe geç kalacağım için biraz huzursuz olmuştum, ama yine de o sese karşı koyamadım. Güçlü hislerle birleşen bu ses beni büyük, güzel bir gölün kıyısında yer alan bir siteye ulaşana dek yola devam etmeye zorladı. Burayı daha önce hiç görmemiştim. Arabayı park yerine bırakıp indim ve bu mavi, iki katlı Cape Cod evlerinin güzelliğine büyülenerek baktım. Göle bakan bir evin sardunyalarla süslü şirin penceresinde büyük bir "Satılık" ilanı gördüm. İlanda yazan telefon numarasını kaydederken ellerim titriyordu, çünkü içimden gelen ses bunun benim gelecekteki evim olacağını söylüyordu.

İşyerime varır varmaz bu telefonu aradım. Güvence verici eterik kucaklayışlarından meleklerin mevcudiyetini hissedebiliyordum. Her şey kolayca yoluna girdiğinden Tanrı'nın durumu yönettiğini biliyordum: Telefona hemen ev sahibi çıktı ve o gün öğleden sonra evi görmek üzere randevulaştık.

Hem bir emlakçı hem de o evin sahibi olan adamla buluştuğumuzda adamın eve doğrudan doğruya sahip olduğunu, hiçbir ipotek borcu olmadığını anladım. Melekler bana iki mutlu sürpriz daha hazırlamışlardı: ev için istenen para benim beklediğimin yarısıydı, ve ev sahibi benim hiçbir peşinat ödememe ricamı memnuniyetle kabul etti. Bir saat sonra

elimde imzalanmış bir kontrat ve bir anahtar vardı. O hafta sonu Tanrı'dan benim için bulmasını istediğim su kıyısındaki evime taşındım.

Böylece içimizdeki dingin, küçük ses çeşitli biçimlerde gelir. O emreden yüksek bir ses, ya da kesin-ama-sevecen bir iç ses olarak gelebilir. Biz tehlikede olduğumuz, biraz cesarete ihtiyaç duyduğumuz, ya da bir başka insan bizim yardımımıza muhtaç olduğunda Tanrı'nın sesini duyarız.

Müzik ve Diğer İnsanlardan Gelen Duruişiti

Semavi âlem bazen dualarımızı radyodaki şarkılardan, kulak misafiri olduğumuz konuşmalardan, ve bir başka insanın tesadüfen söylediği sözlerden gelen bir ilahi rehberlik sunarak yanıtlar.

CHERYL

Cheryl adlı bir kadın yakın arkadaşı Tony intihar edince perişan olmuştu. Eğer müdahale edebilseydi onun ölmesini önleyip önleyemeyeceğini düşünerek derin bir acı çekiyordu. Tony'nin ölümünün ertesi günü arabasına binip kontak anahtarını çevirdiğinde arabanın radyosundan her ikisinin de sevdiği bir şarkı duyuldu. Ve Cheryl her gün bu şarkıyı çeşitli yerlerde, markette, telefonda beklerken, araba kullanırken duymaya başladı.

İlk başta Cheryl bu şarkıyı Tony'nin ölümünün ardından tekrar tekrar duymasının sadece bir rastlantı olduğunu düşündü. Ancak beşinci gün, Cheryl yüksek sesle, "Tamam, Tony, mesajı aldım!" dedi. Müziksel mesaj Cheryl'i rahatlatmış ve onun üzüntüden kurtulmasına yardımcı olmuştu.

Bazen duruişiti ilahi rehberliği semavi âlemden bize -çoğunlukla bilmeden- mesajlar aktaran diğer insanlardan alırız.

JONATHAN

Jonathan Robinson adlı bir adam spiritüel öğretmen Sai Baba'yı görmek için Hindistan'a gitmeyi düşünüyordu. Ancak bu yolculuk epey zamana ve paraya mal olacaktı, ve Jonathan bu yüzden kararsızlık çekiyordu. En sonunda, doğru kararı vermesine yardımcı olacak bir ilahi rehberlik için dua etti.

Duasının ardından, içinden gelen bir ses Jonathan'a televizyonu açmasını söyledi. Genelde pek televizyon izlememesine karşın, Jonathan bu içsel emre uydu. Tam o sırada, televizyon programında bir adam emreden bir sesle, "Hindistan'a mutlaka gitmelisiniz!" diyordu.

Jonathan, bunun önceden-kaydedilmiş bir televizyon programı olmasına karşın, dualarına yanıt olan bu mesajı işitmeye ilahi bir biçimde yönlendirildiğini biliyordu. Bu mesaj Jonathan'ı Hindistan'a gitmeye zorladı, ve o bu yolculuğun ve Sai Baba ile buluşmasının kendisini başka türlü kazanamayacağı bir biçimde zenginleştirdiğini hissediyor.

Jonathan'ın öyküsünün de anlattığı gibi, duruişiti rehberliğimiz çoğunlukla diğer insanlar kanalıyla gelir. Eğer biz ilahi rehberlik almak için ettiğimiz duaların daima yanıtlandığı konusunda imana sahipsek, o zaman beklenmedik biçimlerde gelen yanıtlara karşı doğal olarak tetikte oluruz. İmansızlık bizim böyle yanıtları rastlantı olarak değerlendirip önemsememizde neden olur. Ancak, Patrice Karst'ın da keşfettiği gibi, bazen duruişiti ilahi rehberliği bir bebeğin ağzından bile gelir. Bu örnekte, Patrice aldığı rehberliği ancak ilahi bir biçimde sunulmuş bir rehberlik olarak açıklayabiliyor.

PATRİCE

Patrice bir gün araba kullanırken, yaşamı yolunda gitmez göründüğü için kendisini bunalımda hissediyordu. Evet, ara-

banın arka koltuğunda oturan altı yaşındaki oğlu Elijah için şükran duyuyordu. Ama, hayatındaki başka her şey tam bir karışıklık içinde görünüyordu. Arabayı sürerken, Patrice sessizce yardım alabilmek için dua etti: "Tanrım, seni şu anda hissedemiyorum ve korkuyorum! Hayatım berbat bir halde ve senin mevcudiyetini hissedemiyorum. Lütfen burada benimle olduğunu hissetmeme yardım et!"

Bir an sonra, Elijah neredeyse yetişkin bir adamın sesi gibi gelen alışılmadık otoriter bir sesle ve coşkuyla, "Onu hissedebiliyor musun? Onu hissedebiliyor musun?" dedi.

"Neyi?" diye sordu Patrice.

"Tanrı'yı! O her yerde! O rüzgârda. O arabada. O her yerde!"

Patrice'in tüyleri diken diken oldu, çünkü Tanrı'nın onun sessiz duasını işitmiş olduğunu anlamıştı. Tanrı onun alıcı oğlu Elijah kanalıyla konuşarak Patrice'in ilahi rehberlik ricasını yanıtlamıştı. Allahtan, Patrice de duasına verilen bu yanıtı işitebilmişti.

Farkında ve alıcı olmak ilahi rehberliği almanın, anlamanın ve ondan yararlanmanın önemli bir parçasıdır. Sonraki bölümde, onu işitip anlayabilmeniz için duruişiti ilahi rehberliğinin berraklığını ve yüksekliğini artırmanın yollarını anlatacağım.

BÖLÜM 12

Berrak Bir Biçimde Duymak: Duruişitinizi Artırmanın Yolları

Bazı insanlar ilahi sesleri işitmeye doğal olarak eğilimlidir. Eğer siz gürültüye karşı hassas, müziğe eğilimli iseniz ya da insanların ettikleri sözlerden çok onların sesleri daha çok dikkatinizi çekiyorsa bu özellikle geçerlidir. Biz nasıl fiziksel sesleri almak için fiziksel işitme duyumuzu kullanıyorsak, sözler ve sesler halinde gelen ilahi rehberliği almak için de ruhsal işitme duyumuzu kullanırız.

Herkes ilahi rehberliği işitmeye daha da yatkın hale gelebilir. Duruişitinizin yüksekliğini ve berraklığını artırmanın iki yolu onunla ilişkili korkuları bırakmak, ve birkaç yöntemi uygulamaktır.

İlahi Rehberliği İşitme Korkusunu Bırakmak

Korku bir insanın Tanrı'nın sesini kolayca işitememesinin başlıca nedenidir. Tanrı, bizim içimiz de dahil olmak üzere her yerdedir. Bu yüzden uzaktan gelen bir sesi işitmek için kendimizi zorlamak zorunda değiliz. Tanrı'nın sesi bizi kuşatıp sarar. Yaradanımız bizimle sürekli olarak konuşur, ve O' nun sesi bizim içimizden ve dışımızdan her yerden yankılanır. İlahi rehberliği işitmememizin asıl nedeni onu işitmekten korkmamızdır.

Tanrı'nın sesini işitme korkusu kontrol edilme korkusundan kaynaklanabilir. Eğer siz Tanrı'nın hayatınızın idaresini ele geçireceği ya da sizi istemediğiniz şeyleri yapmaya zorlayacağı konusunda endişeleniyorsanız, ilk ağızda O'nun

sesini duymayarak buna direnebilirsiniz. Ya da siz Tanrı'nın rehberliğinin hayatınızı daha kötüleştireceğinden korkuyor olabilirsiniz.

Ben de bu korkularla boğuştum. Her ne zaman bilerek Tanrı'nın rehberliğini duymazdan gelsem, kendimi bir otoriteye karşı gelen cüretkâr bir genç gibi hissettiğimi hatırlarım. Ben, bu beni mutluluğa götürecek olsa bile, bana ne yapacağımın söylenmesini istemezdim! Tanrı'nın beni zevk aldığım maddi şeylerden vazgeçmeye zorlayacağından korktuğumu da hatırlarım. Tanrı'nın bizim tüm "beşeri" zevklerden ve estetikten yoksun bir yaşam sürmemizi istediğini düşünürdüm. Sadece ego'nun bizim sefil ve kısır bir yaşam sürmemizi isteyebileceğini anlamam uzun bir zaman aldı. Tanrı'nın isteği gerçek benliğimizin isteğiyle aynıdır: mükemmel bir huzur ve mutluluk. Birçok müşterim ve öğrencim aldığı dini eğitim yüzünden Tanrı'nın günahlarını cezalandıracağından korkar. Onlar kötü haberler duyacaklarını varsaydıklarından ilahi rehberliği işitmekten kaçınırlar. Okul müdürünün odasına çağrılma korkusu gibi, algıladıkları yanlış işlerden kaynaklanan suçluluk duygusu Tanrı'nın onları azarlayacağı ya da cezalandıracağı korkusunu yaratır. Ancak, bu korku sadece projeksiyondan (dışa yansıtmadan) kaynaklanır. Ego intikamcı olduğundan, ama bunu kabul etmek istemediğinden, o bu özelliği Tanrı dahil herkeste görür. Oysa Tanrı bizim hatalarımızı düzeltmemizi ister, onlardan ötürü cezalandırılmamızı değil. Biz Tanrı ile bir olduğumuza göre, O neden Kendisini cezalandırmak istesin ki?

Ben müşterilerime ilahi rehberliğin onları sevince, başkalarına hizmete, şefkate ve sevgiye götürdüğünü hatırlatarak bu rehberliği işitmenin doğruluğu konusunda rahatlamalarına yardımcı olurum. Bunlar "şeytan"ın değil, Tanrı'nın nitelikleridir. Sadece ego'nun rehberliği depresyon, yargılar ve bağımlılıklar gibi "kötü" sonuçlar yaratır.

Bazen de hak etmeme duygusu ilahi rehberliği işitmemizi engeller. Eğer biz daha mutluluk verici bir işi, daha sağlıklı bir aşk yaşamını, ya da daha sağlıklı bir bedeni hak etmediğimizi düşünüyorsak, o zaman bu yönde aldığımız tüm rehberliğe korkuyla bakarız. Düş kırıklığına uğrama ya da kazandığımız şeyleri yitirme korkusuyla, hayatımızın daha iyi olabileceğini *umut etmekten bile* korkarız.

Eğer size yardım etmesine izin verirseniz, semavi âlem bu korkuları ortadan kaldırabilir. Sadece birkaç derin nefes alın ve onun ilahi rehberliği işitmenizi engelleyen korkulardan kurtulmanıza yardım etmesini isteyin. Resmi bir davette bulunmanız ya da dua etmeniz gerekmez, sadece bu korkulardan kurtulmayı içtenlikle isteyin yeter. Korkulardan kurtulmak için ilahi yardım isterken, Tanrı ve meleklerin sizi kuşattıklarını hissedecek ve bileceksiniz. Kendinizi semavi âlemden gelen yardıma açtığınızda, herhangi bir karanlık düşünce ya da duyguyu ışıkla aydınlatmaktan gelen ferahlığın keyfini yaşayacaksınız.

Kulak Çakraları'nızı Nasıl Temizleyebilirsiniz

Tıpkı durugörü gibi, duruişiti de onunla ilişkili çakralar'ı temizlediğimizde gelişir. Kulak çakraları başın içinde, sağ ve sol kulakların yakınındadır. Onlar başın ortasına, içeri doğru otuz-derecelik bir açıda bulunur, ve enerji frekansları -durugörü yoluyla- menekşe-kırmızı olarak görünür.

Kulak çakrası'nı tıkayan başlıca şey duymuş olduğunuz sözlerden kaynaklanan korku ya da öfkeyi barındırmanızdır. Sözlü saldırılarla karşılaşmış insanlar da kulak çakraları'nda korku ya da içerleme gibi duygulardan kaynaklanan engelleri barındırırlar. Bu karanlık duygular çakralar'a yerleşerek bizim bu incitici sözleri zihnimizden tekrar tekrar geçirmemizi beklerler. Biz bu eski duyguları bırakarak kulak

çakraları'mızı temizleyebilir, böylece "berrak işitişe" izin verebiliriz.

Hemen her hafta sonu seminerlerimde, dinleyicilere kulak çakraları'nı temizlemek için aşağıda yer alan yöntemi uygulatırım. Sonra onları ilahi rehberlik istemeye ve yanıtları dinlemeye yönlendiririm. İnsanlar daima daha sonra bana gelip, "İlk kez bir meleğin sesini duydum," ya da "En sonunda bugün Tanrı'nın sesini duymama yardım ettiğiniz için teşekkür ederim," derler.

Kulak Çakraları'nı Temizleme Yöntemi

1. İki-üç kez çok derin nefes alın.

2. Kulaklarınızın hemen içinde birer menekşe-kırmızı disk imgeleyerek kulak çakraları'nızı gözünüzde canlandırın ya da hissedin.. Bu disklerin içe ve yukarı doğru, otuz-derecelik bir açıda bulunduklarını görün ya da hissedin.

3. Derin bir nefes daha alarak parlak-beyaz bir ışığın kulak çakraları'nızın içini temizlediğini imgeleyin. Onları aynı anda ya da sırayla temizleyebilirsiniz.

4. Beyaz ışık çakralar'ı içeriden ovalayarak temizlerken, içinizden meleklerinizden başınızı kuşatmalarını isteyin. Sonra meleklerin kulak çakraları'nızda bulunan tüm acı verici anıları alıp götürmelerine izin verin. Sizin onlara yardım etmeniz gerekmez; sadece yardım edilmeyi isteyin yeter. Aslında, bizim çabalarımız çoğunlukla onların yolunu kestiğinden, melekler sizin onlara yardım etmeye *çalışmamanızı* tercih ederler. Onun yerine, onlar sizin Tanrı'nın sesini işitmenizi engelleyen eski duyguları, düşünceleri ve anıları temizlerken, sadece meleklerin şifalandırıcı gücüne açık olun.

5. Meleklerden ilahi rehberliği işitmekle ilgili her türlü korkunuzu temizlemelerini isteyin. Buna bir ses tarafından ürkütülme korkusu, Tanrı tarafından kontrol edilme korku-

su, ya da Tanrı'nın zamanını ya da dikkatini hak etmediğiniz korkusu dahildir.

6. Derin bir nefes daha alarak, meleklerin kulak çakraları'nızı sevgiyle ve çok parlak bir ışıkla aydınlattıklarını görün ya da hissedin. Sonra, yardımlarından ötürü onlara teşekkür edin.

Kulak çakraları'nızı temizledikten ve korkularınızdan kurtulduktan sonra, semavi âlemden aldığınız duruişiti mesajlarında belirgin bir artış göreceksiniz. İlahi rehberliği ego'nuzun sesinden ayırt etmenize yardımcı olan tipik özellikleri hatırlayın. Hatırlayacağınız gibi, gerçek rehberlik daima olumlu, yüceltici, tekrarlamalı ve sevecendir. Ego'nun sesi ise olumsuz, eleştirel, zorlayıcı ve kötümserdir.

Açıklığın Önemi

Çakralar'ınız temizlendikten sonra ilahi rehberliği işitmenizi önleyebilecek tek bir engel kalır. Bu engel, siz Tanrı'dan hangi yanıtları işitmek istediğinize önceden karar verdiğinizde ortaya çıkar. Çoğu kez, semavi âleme bir soru sormamıza karşın, aslında onun yardımını istemeyiz. Onun sadece kendimiz için çoktan seçtiğimiz yanıtı onaylamasını isteriz. Böylece seçici dikkatimizi kullanır, ve eğer Tanrı bize farklı bir yanıt verirse, onu hiç duymayız.

Duruişiti bizim arzu ettiğimizin dışındaki bir yanıtı duymaya açık olmayı da içerir. O'nun bizim için istediği şey mükemmel bir sevinç olduğundan, Tanrı'nın yanıtları daima mutlu sonuçlar getirir. Biz hayatımızın senaryosunun ne olması gerektiğiyle ilgili kendi fikirlerimize sahip olduğumuzdan, başlangıçta bu ilahi rehberliğe direnebiliriz.

Örneğin, diyelim ki siz bir meditasyon yapıp Tanrı'ya, "İşimde nasıl daha mutlu olabilirim?" diye sordunuz. İçinizden, siz çaresizlikle, "İşini hemen bırak ve başka bir yerde iş

ara," mesajını duymak istiyorsunuz. Bu ön-fikriniz büyük olasılıkla sizin, "Henüz bu işi bırakmanın zamanı değil. İş arkadaşlarını sev ve patronunu bağışla. Önce mevcut iş yerinle barış, ancak *ondan sonra* başka bir yerde iş aramaya karar ver. Mevcut durumunu şifaya kavuşturarak, bir sonraki fırsata kapı açabilirsin," diyen gerçek ilahi rehberliği kaçırmanıza neden olacaktır.

Biz Tanrı'ya bir soru sorduğumuzda, O'nun bizimkinden farklı olabilecek yaratıcı çözümlerini duymaya açık olmalıyız. Tanrı tüm-bilgelik, tüm-zekâ, ve tüm-yaratıcılık olduğundan, semavi âlemin bizim durumumuzla ilgili perspektifinin bütün tabloyu gören bir yerden geldiğine güvenmek akıllıca olur.

Ben daima Tanrı ve melekleri bizim nerede bulunduğumuzu, çevremizde neyin bulunduğunu, ve nereye doğru yöneldiğimizi gören hava trafiği kontrolörleri olarak düşünürüm. İlahi rehberlik istemek bir pilotun kuleyle iletişim kurup bilgi almasına benzer.

Müzik Duruişitiyi Artırır

Evinizde, iş yerinizde ve arabanızda yumuşak bir klasik müzik dinlemek duruişiti deneyimlerinizin frekansını ve yüksekliğini artırır. Bu konuda yapılan bazı çalışmalar yumuşak müziğin gerçekliği kanıtlanabilir telepatik deneyimlerin sayısını artırdığını göstermiştir.* Ne ilginçtir ki, ünlü "Hallelujah (Allaha şükür) Korosu"nu yazmasına meleklerin yardım ettiğini söyleyen George Frederick Handel de dahil olmak üzere birçok klasik besteci spiritüel bir geçmişe sahiptir. "Dört Mevsim Süiti"ni besteleyen Antonio Vivaldi ise kimsesiz çocuklara müzik dersleri veren bir rahipti.

* R.F. Quider, "The effect of relaxation/sugestion and music on forced-choice ESP scoring," *Journal of the American Society for Psychical Research* 78 (1984) 241-62.

Müzik duruişiti ilahi rehberliği ile sıkı bir bağa sahiptir. Birçok kişi göklerden gelen semavi müziğin sesiyle uyanmıştır. Bu kısa fakat güçlü ve güzel bir müziktir. Belki ölümden-dönen birçok kişinin işittiğini bildirdiği müzik de bu semavi âlemin müziğidir. Her durumda, bu bedensiz müzik bir hoşgeldin sesidir, ve meleklerin yakınınızda bulunduklarını gösteren bir işarettir.

Fiziksel seslere daha çok dikkat ederek ruhsal kulağınızı duruişiti ilahi rehberliğinin daha çok örneğini yakalayacak şekilde uyumlayabilirsiniz. Sizi sürekli olarak kuşatan, geriden gelen süptil seslere, örneğin konuşmalar ve mekanik sesler gibi insan-yapımı seslere, ve rüzgârın, kuşların ve yağmurun sesi gibi doğanın seslerine kulak verin. Ayrıca müzikte, alçak perde ve ritm gibi ses kalıplarına dikkat edin. Biz, çoğunlukla, meleklerin seslerini duymadığımız gibi bu sesleri de duymayız. Kulaklarınızı süptil fiziksel seslere odaklayarak, süptil meleksi sesleri de daha kolayca duyabilirsiniz.

BÖLÜM 13

Duruişitiyi Bizzat Deneyimlemek

Belki siz ilahi bir sesin bağırarak bir uyarı ya da öğütte bulunduğunu işitmişsinizdir. Belki içsel bir sesin sizi yumuşak bir biçimde daha sağlıklı bir yaşam tarzına yönlendirdiğini duymuşsunuzdur. Ya da belki siz Tanrı'nın ve meleklerin sesini *hiç* işitip işitmediğinizden emin değilsinizdir.

İlahi rehberlik almanın tek bir doğru yolu yoktur. Eğer siz semavi âlemden sezişiniz, bilişiniz ya da görüşünüz yoluyla düzenli biçimde bir rehberlik alıyorsanız, bu yollar da gerçek sözler işitmek kadar verimlidir. Bir iletişim kanalı diğerinden üstün değildir.

Ve hepimiz bir ya da daha fazla kanala yönelik doğal bir eğilime sahip olsak da, siz tüm diğer iletişim kanallarını da tam olarak açabilirsiniz. Eğer onun mesajlarını diğer birkaç kanal yoluyla da alırsanız, Tanrı'nın ne dediğini anlamanın daha kolay olduğunu göreceksiniz. Bu şekilde, ilahi rehberliğiniz büyük bir ayrıntı ve derinlik kazanır.

Duruişiti Alıştırması 1

Bunu izleyen sayfada, duruişiti deneyimi sağlamak için kendinize zihnen sorabileceğiniz bir soru listesi yer almaktadır.

1. İşe gevşeyip rahatlayarak başlayın. Birkaç derin nefes alıp kollarınızı gerin.

2. Arka sayfadaki soruları Tanrı'ya ya da meleklere içinizden ya da yüksek sesle sorun. Lütfen acele etmeden her soruya gerekli zamanı ayırın. Yanıtları duymak için zorlamayın ve onları tahmin etmeye çalışmayın. Bildiğiniz gibi,

ilahi rehberlik almak için zorladığımız her seferinde, ruhsal duyularımızı kapatırız. Duruişiti an içinde gevşeyip Tanrı' nın sizi yanıtlayacağı konusunda iyimser bir beklentiye sahip olmaktan gelir. O'nun bilgeliğini kovalamayın; sadece sorun ve onun size gelmesini bekleyin. Unutmayın, semavi âlem sizin öğrenmenize yardım etmek ister.

- Lütfen yakın gelecekte karşılaşacağım yeni birini tarif et.
- Yakında hangi yeni fırsat yaşamıma girecek?
- Yaşamımda şu anda hangi değişiklikleri yapmamı öğütlüyorsun?

3. Kendi kendinize her bir soruyu sorduktan sonra, dikkatinizin dağılmaması için gözlerinizi kapatın. Sonra derin bir nefes alıp dinleyin. Zihninizden, dışarıdan ya kulaklarınızın birinin üstünden gelebilecek sözleri dinleyin. Bu size kendi sesiniz gibi gelebilir de, gelmeyebilir de. Çoğunlukla, ilahi rehberlik başınızın dışından geldiğinde, o kulaklarınızın birinin hemen dışından gelir. İlahi rehberliğin çoğunlukla bir kulaktan, sahte rehberliğin de diğerinden geldiğini göreceksiniz. İçinizdeki ses ise, tam tersine, içsel bir konuşmacıdan geliyor gibi görünür.

4. Sözler bir anlam ifade etmese bile işittiğiniz her şeyi yazın. Onlar yakın bir gelecekte mükemmel bir anlam ifade edebilirler, ve siz onları kaydettiğiniz için çok memnun olabilirsiniz. Aldığınız her işitsel aktarımın tarihini kaydetmeyi de unutmayın.

Çok geçmeden deneyimlerinizi duruişiti mesajlarınızla karşılaştırıp kıyaslayabileceksiniz. Duruişiti mesajlarınızın doğru olduğu yolları fark ettikçe, bu doğal ruhsal kehanet yeteneğinize güven duyacaksınız. Duruişitinizin hedeften uzak olduğu alanları da gördükçe, doğru ilahi rehberliği sahte rehberlikten nasıl ayırt edebileceğinizi de öğreneceksiniz.

Elbette, o anda doğru olan bir rehberlik almış olmanız da mümkündür. Ama, özgür iradeye sahip olduğunuzdan, geleceğinizi değiştirmeye karar vermişsinizdir. Böyle durumlarda, sizin duruişitiniz doğru *idi.* Duruişiti yanıtlarınızı kaydettiğiniz günlüğü bir öğrenim gereci olarak kullanın, bir test olarak değil. Başarılarınızdan ötürü kendinizi kutlayın, ve yanlışlarınızdan bir şeyler öğrenin. Bu şekilde, ilahi rehberlik konusunda ustalaşabilirsiniz.

Eğer hâlâ bir şey işitmediyseniz, lütfen endişelenmeyin ya da gerilime girmeyin. Onun yerine, kısa bir süre sonra yine deneyin. Belki o sırada yorgundunuz, açtınız ya da dikkatiniz dağınıktı. Bu kitaptaki alıştırmalar üzerinde çalışırken eğer düş kırıklığı ya da başka bir olumsuz duygu hissederseniz, bu hisleri temizlemeleri için meleklerinizi çağırın. Olumsuzluk barındırmak ilahi rehberliği işitmenizi önleyen büyük bir engel oluşturur.

Ancak, büyük bir olasılıkla ilahi bir ses işitmişsinizdir. Şimdi, bu durumda size düşen görev onun geçerliliğine güvenmektir. Duruişitiyi ilk kez uygularken, gelen sesi kendi hayal gücünüzün bir ürünü olarak görüp hesaba katmamak normaldir. Beşinci Bölüm'de yer alan gerçek ilahi rehberliğin tipik özelliklerini hatırlayın ve bu nitelikleri işittiğiniz şeyle kıyaslayın. Sizi uyarırken ya da bir şeyle yüzleştirirken dahi Tanrı'nın sesinin daima sevecen ve olumlu olduğunu hatırlayın. Eğer azarlayan ya da hakaret eden bir ses işitirseniz, bu sizi korkutmaya çalışan ego'nun sesidir. Sadece bu sese ona hiçbir güç vermeyeceğinizi bildirin, ve sonra Tanrı'ya sorularınızı tekrar sorun.

Ego diğer kulağımıza, "İşittiğin şey doğru olamayacak kadar güzel. Ona inanma!" ya da "Bu çok tekinsiz. Ruhsal iletişim bana uygun bir şey değil: Ben bunu durdurmak istiyorum!" diye fısıldayarak bizi duruişiti ilahi rehberliğini dinlemekten ve izlemekten vazgeçirmeye çalışır. Ego bizim düş

kırıklığına uğrama korkumuzdan yararlanır. Bu düşünceler ve hislerle başa çıkmanın en iyi yolu onları Tanrı'ya teslim etmektir. Tanrı'ya korku ya da düş kırıklığı hissettiğinizi söyleyin, ve O'ndan bu durumu sizin için bütünüyle ele almasını isteyin. Kendinize hiçbir olumsuz duygu ya da düşünceyi saklamayın; hepsini semavi âleme verin. Olumsuzluktan kurtulduğunuzu hissederken, çok geçmeden ilahi rehberlik konusunda kendinizi daha güvenli ve deneyimli hissedeceğinizi bilin. Siz bunu yapabilirsiniz! Hepimiz yapabiliriz.

Duruişiti Alıştırması 2

İşte size ilahi iletişimi işitme deneyimi sunacak birkaç soru daha. Bu kez, yanıtlar bu kitabın arka sayfalarında yer almaktadır. Soruyu sorduktan sonra, gözlerinizi kapayıp birkaç derin nefes alın. İçinizden soruyu birkaç kez daha sorun ve kendinize semavi âlemin sesini işitme iznini verirken gevşeyin. Soruların yanıtlarını kovalamayın; bırakın onlar size gelsin.

- Bu kitabın 292. sayfasında ne tür bir hayvanın resmi yer almaktadır?
- Bu kitabın 293. sayfasında hangi sözler yer almaktadır?
- Bu kitabın 294. sayfasında yer alan cümlenin konusu nedir?
- Bu kitabın 295. sayfasındaki sorunun yanıtı nedir?

Dört yanıtı da yazdıktan sonra, yukarıda belirtilen sayfalara bakın ve yazdığınız yanıtlarla kitaptaki yanıtlar arasındaki benzerlikleri kıyaslayın. Bazı yanıtlarınızın, kitapta yer alan resim ve sözlerle tam aynı olmasa da, benzer nitelikleri paylaştığını göreceksiniz. Ya da sizin yanıtlarınız kitapta yer alan yanıtların sembolleri olabilir.

Kendinize güven duymak için önce benzerlikler üzerin-

de odaklanın. Eğer sadece yanıtlarınız ve kitaptaki yanıtlar arasındaki farklılıklara bakarsanız, duruitinizi nasıl tam olarak açacağınızı öğrenme fırsatını kaçırabilirsiniz. Bisiklete binmeyi öğrenirken olduğu gibi, sabırlı olun ve uygulama yapın, uygulama yapın, uygulama yapın.

Duruişiti Alıştırması 3

Duruişitirler otomatik yazı yazma yeteneğine sahiptirler, ki bu da bir ilahi rehberlik alma yöntemidir. Burada bilgi ellerinizden kaleme ya da klavyeye akar. Sözler çoğunlukla zihninize girmeden kâğıtta ya da bilgisayar ekranında belirirler. *Melek Terapisi* adlı kitabım da bu şekilde yazılmıştır.

Bazen eller gelen bilginin hızına yetişmekte zorlanır. Eğer böyle olursa, ruh dünyasından hızını biraz yavaşlatmasını isteyin. Bu ricanın Tanrı'yı ya da meleklerinizi gücendireceğinden korkmanız için hiçbir neden yoktur. Ne de olsa, onların hedefi sizinle berrak bir biçimde iletişim kurmaktır.

Aşağıdaki alıştırma sizin ilahi rehberliği otomatik yazıyla yazmanızı sağlayacaktır:

1. Birkaç derin nefes alarak başlayın.

2. Sadece Tanrı ve meleklerin size yazı yazdırmalarını isteyen bir dua edin. Örneğin:

YAZMA YOLUYLA YARDIM İSTEMEK İÇİN
DUA

Çok Sevgili Tanrım,

Yazı yoluyla Senin altın rehberliğini almak istiyorum. Senin ve meleklerin benim yazışımı gözetmenizi, ve tüm mesajların Senden ve melekler âleminden gelmesini sağlamanızı istiyorum.

Teşekkür Ederim ve Amin.

Elbette, bunun yerine size doğal ya da aşina gelen herhangi bir duayı da kullanabilirsiniz. Böylece, Tanrı-vergisi niyetiniz yoluyla otomatik yazı yazma seansınızda sadeçe Kaynak'tan rehberlik alırsınız.

3. Kısa bir meditasyon yaptıktan sonra, ya bir kalemi bir kâğıdın üzerinde ya da ellerinizi bilgisayarınızın klavyesi üzerinde hafifçe tutun. Eğer kalem-kâğıt kullanmayı seçerseniz düzgün bir yüzeyin üzerinde yazmalısınız.

4. Sonra, ya belirli bir soru sorun, ya da "Neyi bilmemi istiyorsun?" gibi açık bir soru sorun.

5. Sözler kafanızın içinden ya da dışından gelecektir. Çoğunlukla, zayıf bir iç ses duyacaksınız. Bu sese, işittiğiniz şeyi yazmak için güçlü bir arzu eşlik edebilir. Hatta, kalemin kendiliğinden yazdığını da görebilirsiniz. Sözleri yazdıkça, yazacak daha fazla söz de işiteceksiniz.

Otomatik yazı yazarken başınızın döndüğünü, ya da başınızın çevresinde hafif bir baskı hissedebilirsiniz. Siz semavi âlemden yapılan sözlü aktarımların yüksek titreşim frekanslarını almaya alıştıkça bu baskı da geçebilir.

Gerçek ilahi otomatik yazıyı niteliğinden berrak bir biçimde tanıyabileceksiniz. Semavi âlemden gelen mesajlar sevecen, destekleyici ve olumludur. Kalbinizin derinliklerinde onların doğru olduklarını hissedersiniz. Ego'nuzdan ya da dünyaya-bağlı ruhların ego'larından gelen otomatik yazı ise size daima içi boş ya da yanlış gelir. Bu kaynaklar bazen korkutucu, hatta saldırgan bir bilgi verebilirler. Eğer böyle olursa, hemen yazmayı bırakın ve Tanrı'dan ve meleklerden bu kaynağı sizin bilincinizden ve çevrenizden uzaklaştırmalarını isteyin.

Otomatik yazı duruişitirlerin ilahi rehberlik alacakları çok güvenli ve hoş bir yoldur. Tek istisna sahte rehberliği dinleyip izlemekten kaynaklanır. Ancak, bu istisna bir ses,

bir vizyon, bir his, ya da bir biliş olarak aldığınız sahte rehberliği dinlemekten hiç farklı değildir. Siz İlahi Sevgi'yi dinlediğiniz sürece daima korunur ve güvende olursunuz.

Duruişiti Alıştırması 4

Siz bir partnerle birlikte çalışırken de güçlü duruişiti deneyimleri yaşayabilirsiniz. Bazen biz bir başka insanın ilahi rehberliğini kendimizinkinden biraz daha güçlü bir biçimde işitebiliriz. Onlar bir başkasıyla ilgili olduklarında biz iş değiştirme, ilişkileri şifalandırma ve diğer zor konular hakkında semavi âlemin aktardığı mesajları işitmekten korkmayız. Buna karşın, çoğunlukla, kendi yaşamımız hakkındaki gerçeği duymaktan korkarız.

Ben bu bir çift oluşturma işlemini İlahi Rehberlik sınıflarımdaki öğrencilere öğretirim. Şimdiye dek bu yöntemi öğrettiğim her öğrenci semavi âlemden mesajlar almıştır. Bazı öğrenciler ayrıntılı mesajlar alırken, diğerleri parça parça ya da sembolik mesajlar alırlar. Herkes bu işlemden zevk aldığını bildirmiştir, bu yüzden ben sizi de bunu denemeye davet ediyorum. Meleklerin sizin kanalınızla partnerinize ilettikleri güzel ve doğru mesajlar sizi şaşırtabilir.

1. Ruhsal mesajlar almaya açık olan ve bundan korkmayan bir partner seçin. Kuşkucu ya da korkan bir partnerle çalışmak zordur ve size zevk vermez.

2. Yüzünüz birbirine dönük olarak oturun. Gevşemek için birkaç derin nefes alın. İlk önce hangi partnerin ilahi mesajları alıp aktaracağını belirleyin.

3. Birbirinizin ellerini tutun.

4. Her ikiniz de gözlerinizi kapayın.

5. İlahi mesajları alıp aktaracak olan partner içinden Tanrı'ya ve meleklere, "Benim ..... (partnerinin ismi) hakkında neyi bilmemi istiyorsunuz?" diye sorsun.

6. Bu partner mesajlar zihnine gelince konuşmaya başlamalıdır. Bu mesajlar sözlerden, düşüncelerden, görüntülerden, hislerden ya da hepsinin bir bileşiminden oluşabilir. Mesajları düzeltmeyin, yorumlamaya çalışmayın ya da onlara sansür koymayın. Onları aldığınız şekliyle partnerinize aktarın. Bu mesajlar sizin için bir anlam ifade etmese de, şimdi ya da daha sonra partneriniz için bir anlam ifade edecektir.

7. Devam edin. Tamamlandığını hissedene dek ilahi mesajı aktarın.

8. Sonra aynı şeyi diğer partner yaparak ilahi mesajları aktarsın.

İlahi rehberliği aktararak, siz Tanrı'nın şifa verici sevgi ve huzurunu yaymasına yardımcı olan bir dünya meleği haline gelirsiniz. Uygulamayla, melek okumaları yapmakta daha rahat ve usta hale geleceksiniz. Hatta, bunu bir haberci melek olarak zevkli bir amatörce meşguliyete ya da mesleğe dönüştürebilirsiniz.

BÖLÜM 14

Durusezi: İçgüdüler, Sezgiler, ve Ruhsal Duyumlar

Şu ya da bu zamanda birçoğumuz şunları söylemişizdir:

"Bu konuda iyi şeyler hissediyorum."

"Sezgilerim bana yolumuzu şaşırdığımızı söylüyor."

"Çok büyük bir şeyin olacağını hissediyorum."

Eğer siz de böyle şeyler hissetmişseniz, bir durusezi yaşamış, ya da ilahi rehberliği fiziksel hisler ve duygular yoluyla almışsınız demektir.

Hepimiz ruhsal duyulara sahibiz, dolayısıyla herkes bir ölçüde duruseziye sahiptir. Diğer duru yetenekleri olduğu gibi, siz durusezi yeteneğinizi de güçlendirebilirsiniz. Bu ilahi rehberlik biçimine uyumlanmak genelde başkalarının hislerine karşı da çok duyarlı olan sezgisel ve empatik kişiler için daha kolaydır.

Durusezinin Birçok Yüzü

Durusezi, ilahi rehberliği bize birçok şekilde getirebilir. O şu şekilde tezahür edebilir:

- Olumsuz bir durumun bir işareti olarak mide, el, çene, sırt ve alın kaslarının gerilmesi.
- Yaklaşan sevinç verici bir haberin işareti olarak midede adeta kelebeklerin uçuşması; ve bir sıkıntının işareti olarak midede ani bir bulantı.
- Bir şey yapmanızı söyleyen bir içgüdü ya da önsezi.
- Bir durumun iyi sonuçlanmayacağını söyleyen bir de-

rinlere gömülme hissi.

• Bir insanın sizi düşündüğünü hissetmeniz, ve onun daha sonra sizi arayarak bunu kanıtlaması.

• Aniden, mevcut durumunuzla ilgisiz görünen güçlü bir duygu hissetmeniz, ve daha sonra bunun haberci bir duygu olduğunun ortaya çıkması.

• Size doğru yolda olduğunuzu söyleyen bir sevinç hissi.

• Her şeyin düzeleceğini bildiren bir huzur hissi.

• Yaklaşan bir evliliği işaret eden portakal çiçeği kokusu gibi, birden duyulan ve nereden geldiği belli olmayan bir koku.

• Oda ısısında ani bir düşüş hissetmek, bu orada bulunan bir kişinin dürüst olmadığını işaret eder.

• Başkasının hislerini sanki o sizin kendi duygunuz ya da fiziksel duyumunuzmuş gibi hissetmek.

• Teninizde hafif bir dokunuş ya da hava basıncında bir değişim hissetmek, ki bu size çevrenizde meleklerin ya da ölmüş sevdiklerinizin bulunduğunu bildirir.

Ruhsal Hislerimize Güvenmek

Uygulamayla, siz bu işaretleri tanımayı ve onlara güvenmeyi öğrenebilirsiniz. Daha önceki bölümlerde anlatıldığı gibi, onlara uygun davranmak önemlidir. Birçok kişi sezgilerine göre davranmayıp sonra buna pişman olduğu zamanları hatırlayabilir.

Durusezi almak tablonun sadece yarısıdır: sezgilerimize güvenip onları izlemek ise diğer yarısını oluşturur.

Duruseziye güvenip onu izlemeye gönüllü olmak mutluluk ile mutsuzluk, mali güvenlik ile güvensizlik, ve sağlık ile hastalık arasındaki farkı oluşturabilir.

CATHY

Cathy büyük bir komisyonculuk şirketine iş görüşmesine gittiğinde, midesinin bulanacak kadar gerildiğini hissetmişti. Ancak görüştüğü şirket yetkilisi yeterince nazik davranmıştı, üstelik hem iş hem de ücreti gerçekten iyiydi. Peki, neden Cathy'nin midesine adeta bir düğüm oturmuştu?

Deneyimlerinden, Cathy bu hissin olumsuz bir şey konusunda bir uyarı olduğunu biliyordu. Yine de, şirket yetkilisi ona yüksek ücretli bir pozisyonu teklif ettiğinde Cathy bu teklifi kabul etmişti.

Bu komisyonculuk şirketinde çalışmaya başladığının ertesi günü, Cathy bu durusezi ilahi rehberliğini neden aldığını anladı. Ondan önce orada çalışan üç kişinin sert ve gerilim dolu iş ortamı yüzünden işten ayrıldığını öğrendi. Bir ay sonra Cathy de onların safına katıldı. Ve seminerlerimden birinde bu öyküyü anlattıktan sonra bana, "Sezgilerime güvenmeyi ne zaman öğreneceğim?" diye sordu.

Çoğu durusezer gibi, Cathy de belki çok olumsuz ya da olumlu bir deneyim onun üzerinde kalıcı bir etki yaptıktan sonra sezgilerine güvenmeyi öğrenecek.

GARY

Gary adlı bir emlakçı da bana ancak çok pahalı bir ders aldıktan sonra sezgilerine kulak vermeyi öğrendiğini söylemişti. Gary ve iki ortağı gözde bir semtte ve deniz kıyısında bulunan bir evi, yatırım amacıyla, yirmi-beşer bin dolar peşinat ödeyerek satın almışlardı. Ortaklar evi restore ettirdikten sonra yüksek bir kârla satmayı plânlıyorlardı.

Ancak, ihale sona erdikten hemen sonra, Gary sorunun ne olduğuna parmak basamasa da, yanlış bir iş yaptığını hissetmişti. Gerçekten kötü bir şeyin yatırımını mali bir felakete dönüştüreceğini hissetmişti.

Bu olumsuz his o kadar güçlüydü ki Gary 25.000 doları kaybetse bile bu projeyi bırakmaya karar verdi. Hislerini ortaklarına açıkladı, ama onlar Gary'yi kalmaya ikna ettiler. Gary ayrıca ortaklarının kendisini bu işe daha fazla para yatırmaya ikna etmelerine de izin verdi.

Her bir ortak evi restore ettirmek için bu işe 250.000 dolar daha yatırdı. Mahalledeki diğer evler iki milyon dolardan alıcı bulduklarından diğer iki ortak ev satıldığında büyük bir kâr elde edeceklerinden emindi. Gary bundan o kadar emin değildi, ama yine de bu işi katıldı.

Ancak evi restore ettirirken, Güney California'daki emlak piyasası çöktü, fiyatlar birden düştü. 1991 yılında evin restorasyonu bittiğinde yüksek-fiyatlı evlerin piyasası ortadan kalkmıştı. Ne kadar çaba gösterirlerse göstersinler, ortaklar evi satamadılar. Bir yıl sonra, evi -sadece aylık ipotek ödemelerinden kurtulabilecekleri- büyük bir kayıpla sattılar. Gary sezgilerine güvenme konusunda çok pahalı bir ders almıştı. Bugün, o daima durusezisini dinliyor ve ona göre davranıyor.

Birçok durusezerin -onu önemsememenin sonucunda birçok olumsuz deneyim yaşayana dek- sezgisinin gücünü ve doğruluğunu hesaba katmadığını gördüm. En sonunda, onlar bu sezgilerin ve içgüdülerin hayal güçlerinden değil semavi âlemden geldiğini anlarlar. Tanrı'nın sizinle fiziksel ve duygusal hisler kanalıyla konuştuğunu idrak ettiğinizde, bu işaretler size geldiklerinde bundan şükran duyarsınız. Onlar gerçekten de semavi âlemden gelen armağanlardır.

Güçlü Duygular

Durusezi geleceği önceden bildirir. Bazen o mevcut durumunuzla ilgisiz görünen ani ve güçlü bir duygu olarak gelir. Örneğin, öğle yemeği tatilinden bir saat önce, normal progra-

mınızla ilgisi olmayan güçlü bir heyecan ve mutlu bir beklenti hissedersiniz. Öğle tatilinde, çekici ve ilginç bir insan sizinle konuşur, ve ikiniz bir gece birlikte yemeğe çıkmaya karar verirsiniz. Buluşma harika bir biçimde geçer ve kalıcı bir aşk ilişkisinin başlangıcını oluşturur.

Duygusal Duyarlılık

Doğal durusezinizin daha çok farkına vardıkça, başka insanların duygularına karşı da çok duyarlı hale gelebilirsiniz. Bu duyarlılığa genelde empati denir. Bu bir başka insan bir başarı ya da düğün gibi sevinçler yaşarken onun deneyimlediği şeyi hissedeceğiniz anlamına gelir. Empati çok derinden etkileyen ve ilham veren bir deneyim olabilir.

Ruhsal duyularınız açılıp empatik yetenekleriniz güçlenirken, siz bir odaya girdiğinizde anında oradaki insanların ruh hallerini ve duygularını hissettiğinizi görebilirsiniz. Yıllardır birlikte olan ya da aralarında güçlü bir duygusal bağ bulunan çiftler birbirlerinden çok uzakta bulunsalar da birbirlerinin hislerini algıladıklarını bildirmişlerdir. Arkadaşlarınız, aileniz, hatta yabancı insanlar sıkıntıda olduklarında bunu hissedebilir, ve tam sizin yardımınıza ihtiyaçları olduğu anda onları arama dürtüsü duyabilirsiniz.

Durusezerler başka insanların duygularına karşı çok duyarlıdırlar. Bu yüzden, onlar kalabalıktan hoşlanmazlar, çünkü hissettikleri yoğun enerji onları çok bunaltabilir. Onlar ayrıca olumsuz insanlardan sıkıntı da alabilirler. Örneğin, durusezer masajcılar çoğunlukla müşterilerinin ağrılarını massederler. Ve arkadaşlarının sorunlarıyla ilgili yakınmalarını telefonda dinleyen durusezerler çoğunlukla onların, "Oh, kendimi şimdi çok daha iyi hissediyorum. Seninle konuştuktan sonra sanki göğsümden bir ağırlık kalktı," dediklerini duyabilirler. Evet, ama şimdi bu sıkıntı durusezerin

göğsüne aktarılmıştır!

Durusezer müşterilerimin melekleri tekrar tekrar bu durumla başa çıkma konusunda öğütler vermişlerdir. Birincisi, melekler ilişki kurduğunuz kişiye karşı sevecen bir tutum içinde olmanın önemini vurgularlar. Onları size muhtaç ya da bağımlı olarak görmekten kaçının, aksi takdirde kendinizi onları kurtarmakla yükümlü hisseder ve bunun için epey zaman harcarsınız.

Onun yerine, şu onaylamayı yaparak, konuştuğunuz herkes hakkındaki ruhsal gerçeğe sahip çıkın: *Bu insan, benim gibi, Tanrı'nın kutsal bir çocuğudur. Onun tüm ihtiyaçlarını Tanrı karşılar. Ben bu insanı bağımlı, hasta ya da zayıf düşmüş olarak görmüyorum. Böyle görmek, her ikimize de zarar verir, çünkü o zaman bu olumsuz nitelemeden olumsuz bir realite yaratırız. Onun yerine, ben Tanrı'nın herkesi eşit biçimde mükemmel yarattığını görüyorum. Bu mükemmelliği görerek, karşımdaki insanın da kendi Tanrısallığını eylem içinde görüp deneyimlemesine yardım ediyorum.*

Melekler olumsuz durumlarda size yardım edeceklerini söylerler. Onlar size, sizi bilinçleri ego'ya-dayalı insanlardan uzaklaştıracak şekilde yol göstereceklerdir. Eğer siz onların rehberliğini izlemez ve sonunda olumsuz enerjiyi masseder hale gelirseniz, melekler ricanız üzerine bu enerjiden temizlenmenize de yardım edeceklerdir. Melekler ayrıca durusezerlerin kendilerini doğayla kuşatmaları gerektiğini de söylerler.

Onlar durusezerlere aktarmam için bana bu konuda şunları söylemişlerdir: *Biz sizi başkalarının acılarını massetmekten korumaya çalışırız. Size, sizi sevinç ve kahkahadan yoksun bırakacak her türlü durumu aşmanız için yol göstereceğiz. Ancak, yine de size acı veren bir insanla karşılaştığınızda bizim yardımımızı isterseniz, size şifa verici sevgi ve ışık özümüzle yardım edeceğiz.*

Size ayrıca Tabiat Ana'nın elini tutmanızı öğütleriz. Onun bitkileri ve çiçekleri karanlığı hücreleri ve kökleriyle çekip alarak sizi içsel fırtınalardan koruyabilir. Dolayısıyla karanlığı varlığınıza davet ettiğinizde, bitkilerin arasındaki doğa meleklerinden yanınızda durup enerjinizin karanlığı massetmesini önlemelerini isteyin.

Bitkiler ve hayvanlar yanınızda durup ışıktan gelmeyen her şeyi masseden altın koruyucu meleklerinizdir. Onların acı çekeceklerinden endişelenmeyin, çünkü onlar buraya sizin yuvaya dönme çabalarınızı desteklemek gibi çok kutsal bir amaçla gönderilmiş ışık vasıtalarıdır. Bitkiler ve hayvanlar Tanrı'nın ebedi sevgisinin ışığında durmayı bilir, ve kendilerini de karanlıktan böyle korurlar.

Daha durusezer hale gelmek iki kenarı keskin bir kılıçtır. Bu sizin, isteseniz de istemeseniz de herkesin duygularını hissettiğiniz anlamına gelebilir. O ayrıca biraz, tüm sesleri eşit derecede yüksek alan bir kulaklığa sahip olmaya benzer. Yine de, konuştuğum çoğu durusezer duyarlılığını bir lanetten çok bir armağan olarak görür. Ve o gerçekten de bir armağandır, Tanrı'dan bir armağan!

Ben sık sık insanların, "Ah, bu sadece benim hislerim!" diyerek duruseziş rehberliklerini hesaba katmadıklarını görürüm. Onlar hisler sanki rehberlik almanın düşük bir yoluymuş gibi davranırlar. Oysa hislerimiz, çoğunlukla, Tanrı'nın ve meleklerin bizimle konuşma yoludur. Çok şükür ki Jennifer Lulay Christiansen hislerini dinlemiştir:

JENNİFER

Jennifer beş yıldır Portland'da bir iş yerinde çalışıyordu. Her akşam aynı saatte işyerinin park yerine bakan arka kapısından çıkıyordu. Jennifer bu rutine alışmıştı, ta ki bir akşam güçlü bir içgüdü ona ön kapıdan çıkmasını söyleyene dek. O bu hissi sorgulamadı, ön kapıya doğru yürüdü. Ama dışarı

çıkmadan önce, bir başka his Jennifer'e kendisiyle park yerine kadar yürüyecek bir erkek bulmasını böyledi. Yine, o hiç duraksamadan hislerine itaat etti.

Jennifer ve erkek çalışma arkadaşı birlikte dışarı çıktılar. Ama, onlar park yerine varmadan önce keskin bir patlama sesi duyuldu. "Yere çök!" diye bağırdı Jennifer'in arkadaşı. "Bu bir silah sesi!" İkisi sürünerek binaya girdiler, orada Jennifer'in emekli bir asker olan arkadaşı silah sesini çok iyi tanıdığını açıkladı. Oysa Jennifer bu patlama sesinin ne olduğunu anlamamıştı.

Jennifer, şaşkınlıkla, ofis binasının arka kapısının dışında silahlı birinin pusuya yatarak ateş ettiğini öğrendi. Eğer o içgüdüsünü dinlemeyip her zamanki gibi arka kapıdan çıksaydı, bu silahlı adamla burun buruna gelecekti. Bugün Jennifer yaşamını kurtardığı için Tanrı'ya ve meleklere şükrediyor, ve başkalarına da içgüdülerine saygı göstermelerini kuvvetle öğütlüyor. "Onların yaşamınızı ne zaman kurtarabileceklerini asla bilemezsiniz," diyor.

Durusezerler sevdiklerinin hisleriyle de derin bir bağlantı içinde olduklarından, onlar yardıma ihtiyaç duyduklarında bunu hissedebilirler. Durusezerler onları bedenleri ve duyguları kanalıyla aldıkları rehberlik sayesinde kurtarabilirler.

BRENDA

Arkadaşım Brenda bir yaz sabahı arabasıyla işe giderken, içinde eve dönmek için karşı konulmaz bir his duydu. İçsel duyularına güvenmeyi öğrenmiş olan Brenda, hemen eve döndü. Park yerine girdiğinde, neden ilahi bir biçimde eve yönlendirildiğini anladı. On-dört yaşındaki kızı kapı ardından kapandığı için orada çaresiz bir biçimde bekliyordu.

Dingin Hisler

Durusezi yoluyla bir şeyin yanlış olduğunu hissedebileceğimiz gibi, her şeyin iyi sonuçlanacağını da hissedebiliriz.

PAUL

Birkaç yıl önce, bir gün bir arabayla bir televizyon programına katılmaya gidiyordum. Sürücü Paul adında, Kenyalı nazik ve derin bir biçimde spiritüel bir adamdı. Bana annesi de dahil pek çok Kenyalı kadının evde doğum yaptığını söyledi. Paul kadınların sağlık bakımları karşılığında çalışacakları, takas programıyla işleyen bir doğum merkezi açmak istiyordu. Paul erkek kardeşini tıp fakültesinde okutuyordu, ve daha sonra birlikte Kenya'ya dönüp kendi kliniklerini açacaklardı.

Anayolda giderken Tanrı'ya ve O'nun bizim için yaptığı semavi plânlara şükrettik. Sonra burnumuza bir yanık kokusu geldi; bu buhar kokusuyla karışık, için için yanan bir lastik kokusuna benziyordu, ve koku bir başka arabadan ya da yakındaki bir fabrikadan gelemeyecek kadar yakından geliyordu. Paul batarya ışığını işaret edip, "Hay Allah," dedi. Arabayı anayolun kenarına çekip motor kapağını açtı. Ancak, arabada bir arıza bulamadı, böylece tekrar yola çıktık. Ben bir dua ettim, ve karşılık olarak her şeyin yolunda gideceği şeklinde güçlü bir his duydum. Bu durusezer teyitle birlikte rahatladım, artık arabanın televizyon stüdyosuna ulaşacağından hiç kuşku duymuyordum.

Bir saat daha olaysız bir biçimde yol aldık, sadece bu arada Paul güç göstergesinin çalışmadığını fark etti. Stüdyoya doğru sıkışık trafikte ağır ağır ilerlerken motor kapağından buhar çıktığını gördüm. Yine de araba hâlâ yürüyordu, ve ben stüdyoya tam zamanında vardım.

Ertesi gün Paul'ü arayıp ona arabaya ne olduğunu sor-

dum. "Dün bu yolculuğu yapabilmemiz bir mucizeydi," dedi Paul. Beni bıraktıktan sonra arabayı tekrar çalıştıramadığını, ve bir çekicinin gelip onu tamirhaneye götürdüğünü açıkladı. Bir kayış kopmuş, ve radyatör, batarya ve güç göstergesi sıvılarının hepsi boşalmıştı. "Bu durumda arabanın yine de çalışmasını bir melek sağlamış olmalı," diye ekledi Paul.

Sessiz Bir Bakıcı Olarak Durusezi

İlahi rehberliğimiz bize asla yalnız olmadığımızı, sürekli olarak Tanrı'nın ve meleklerin sevgisi ve ilgisiyle kuşatıldığımızı hatırlatır. Her zaman her yerde yardım isteyebiliriz, ve ilahi rehberlik *daima* yardımımıza gelecektir. Audrey adlı bir kadın durusezisi yoluyla semavi âlemin dikkate değer bakıcılık yeteneğini deneyimlemiştir.

AUDREY

Audrey yaşamaktan gerçekten zevk alan hayat dolu bir Avrupalı kadındır. Coşkunluğu onu yeni insanlarla karşılaşmaya ve yeni yerlere yolculuk yapmaya sevk eden doğal merakından kaynaklanır. Audrey beş ülkede yaşamıştır ve İngilizce, Fransızca, İspanyolca ve Almanca'yı akıcı bir biçimde konuşur. O elli-üç yaşındadır ama kendini on-beş yaş daha genç hissettiğini söyler ve gerçekten de o kadar genç görünür. Audrey belki de bu kadar zinde olmasını hayata olumlu bakışına ve bastırılamaz merakına borçludur.

Geçen yıl bir gün, Audrey birden midesinin alt kısmında büyük bir sancı hissetti. Sancı tekrarlayınca Audrey ne yapacağını düşündü. O nadiren hastalanırdı, ve hastalığı tedavi etmeye alışık değildi. Evde yalnızdı, ve aile üyeleri ancak birkaç saat sonra eve geleceklerdi. Bu durumda Audrey dua etmekten başka bir şey yapamadı.

"Birden, son derece sıcak bir banyo almamı söyleyen

berrak bir his duydum," dedi Audrey bana. İlk önce, bu hissi mantıksız bulup uygulamamıştı. Ayrıca o normalde küveti doldurup girmez, sadece duş alırdı; hem her zaman ılık suyu sıcak suya tercih ederdi. Ancak bu his ısrar ediyordu, ve Audrey çaresizdi.

Sürüne sürüne banyoya gidip küveti sıcak suyla doldurdu. Audrey suya girer girmez krampların hemen hafiflediğini hissetti. Bir süre sonra, kendisini banyodan çıkıp yatak odasına gidecek kadar iyi hissetti, ve yatağa yatıp ailesi eve dönene dek uyudu. Audrey uyandığında sancısı tamamen geçmişti ve bir daha da tekrarlamadı.

Bundan sonraki bölümde, sezginizi daha kolayca tanıyabilmeniz için durusezi ilahi rehberliğinin berraklığını ve frekansını artırmanın yollarını anlatacağım.

BÖLÜM 15

Berrak Bir Biçimde Hissetmek: Durusezinizi Artırmanın Yolları

Nasıl fiziksel ve duygusal hisler almak için fiziksel duyularımızı kullanıyorsak, ilahi rehberliği durusezi şeklinde almak için de ruhsal duyularımızı kullanabiliriz. Bazı insanlar duygular, içgüdüler, önseziler ve sezgiler olarak gelen mesaj türlerini almaya doğal olarak eğilimlidirler. Bu özellikle siz kendinizin ve başkalarının duygularına karşı duyarlıysanız geçerlidir. Ancak herkes durusezi yoluyla ilahi rehberlik almaya daha da çok uyumlanabilir.

Siz onların anlamlarını ve mesajlarını daha kolayca anlamak için sezgisel hislerinizin berraklığını artırabilirsiniz. Bunu durusezi işaretlerinizin gücünü kontrol edebildiğinizi hissetmenizi sağlayacak bir biçimde yapabilirsiniz ki, gelen enerji sizi bunaltmasın.

Gevşeme Durusezinizi Artırır

Durusezi yoluyla ilahi rehberlik almak için işe gevşeyerek başlayın. İncelemeler bir kişinin fiziksel rahatlık düzeyinin onun psişik yeteneklerini etkilediğini göstermiştir. Uygun oda ısısı, oturma koşulları ve giyilen giysi, bunların hepsi kanıtlanması mümkün psişik deneyimlerin sayısını artırır.* Durusezerler duyusal bilgiye özellikle uyumlu oldukları-ndan, rahat bir ortam ilahi rehberliğinizle ilgili farkındalığınızı ve anlayışınızı artırır. Ben odada güzel kokulu çiçekler bulundurmanın da durusezimi güçlendirdiğini keşfettim.

* R.F. Quider, "The effect of relaxation/suggestion and music on forced-choice ESP scoring," *Journal of the American Society for Psychical Research* 78 (1984) 241-62.

1. Oturacak rahat ve sessiz bir yer bulun.

2. Birkaç derin nefes alın ve gergin kasları gevşetmek için omuzlarınızı ve boynunuzu oynatın. Çok rahat bir biçimde oturun. Burada amaç zihninizin bedeninizin farkında olmayacağı kadar rahat olmanızdır, çünkü her türlü rahatsızlık dikkatinizi ilahi rehberlikten uzaklaştırabilir.

3. İçinizden meleklere sizi kuşatmaları için çağrıda bulunun. "Melekler, lütfen şimdi beni kuşatın," diye düşünün. Meleklerin sizi ve odayı kuşattıklarını da imgeleyebilirsiniz.

4. Bunu izleyen hislere dikkat edin: teninizde bir karıncalanma, hava basıncında ya da ısıda bir değişiklik, veya göğsünüzde bir sıcaklık hissediyor musunuz?

5. "Sevgi, sevgi, sevgi," diye düşünün, ve dev bir koşulsuz sevgi bulutu tarafından kucaklanmanın hissine gömülün. Kendinizi güvende, korunuyor ve seviliyor hissedin.

6. Bu mutlak korunma ve sevgi hali içinde, Tanrı'ya ve meleklere bir soru sorun. Sorunuzun konusu önemli değildir; onlar her soruyu yanıtlar. Burada tek ölçüt sorunuzun hakkında ilahi rehberliği içtenlikle arzuladığınız bir şey olmasıdır. Sorunun özüne inin ve içinizden yanıtlar ve yön isteyin.

7. Derin nefes almayı sürdürün. Nefes almak ruhu ya da ilhamı içine çekmek anlamına gelir. Eğer nefesinizi tutarsanız ya da sığ nefesler alırsanız, ilahi iletişimi engellersiniz.

8. Derin bir biçimde nefes alırken, bedensel hislerinize dikkat edin. Herhangi bir yerinizde bir gerginlik hissettiniz mi? Eğer hissettiyseniz o bölgede odaklanın ve içinizden ona, "Bana ne söylemeye çalışıyorsun?" diye sorun. Dürüst bir yanıt almaya açık olun, çünkü o sizi öyle yanıtlayacaktır. Siz ancak zihniniz gerçeği almaya açıksa yanıtı anlayabilirsiniz. İlahi rehberliği rica ettikten sonra bedeninizin o gerilen ya da karıncalanan bölümüyle zihinsel bir konuşma yapın.

9. Ayrıca sorunuza yanıt olarak ortaya çıkan duygulara

da dikkat edin. Sevinç mi duydunuz? Bu, Tanrı'nın yaşamınızı geliştirmeye devam etmenizi söylediği anlamına gelir. Bir ağırlık, soğukluk ya da korku mu duydunuz? Bunlar ise yolunuzdan saptığınızı söyleyen uyarılardır.

Fiziksel Hislerle İlgili Farkındalığınızı Yükseltmek

Biz ilahi rehberlik aldığımızın bilinçli olarak farkında olmasak da, bedenimiz çoğunlukla onu midede kasılma gibi süptil kas değişiklikleriyle, hızlanan kalp atışlarıyla, ya da terleyen avuçlarla kabul ve tasdik eder. Fiziksel hislere daha duyarlı hale geldikten sonra, durusezi rehberliğini daha çok fark edebilirsiniz.

Eğer fiziksel hislere karşı duyarlılığınızı artırma pratiği yaparsanız durusezi rehberliğinizle ilgili farkındalığınız da artacaktır. Bunu hemen şimdi deneyebilirsiniz:

1. Ayaklarınızın farkına varın. Onların ne hissettiklerine odaklanın. Ayaklarınız rahat mı? Ayak derinize ne değiyor, çoraplar mı, ayakkabılar mı, yoksa yer mi? Bu ayaklarınıza nasıl bir his veriyor?

2. Çenenize, dilinize ve ağzınıza odaklanın. Ağzınızın açık mı kapalı mı olduğuna dikkat edin. Çene kaslarınız gergin mi? Diğer yüz kasları ne durumda?

3. Başınızda, omuzlarınızda, kollarınızda, ellerinizde, sırtınızda, kalçalarınızda, bacaklarınızda ve ayaklarınızda bir gerilim var mı, nerede var? Onları çelik çubuklar olarak düşünün ve sonra onların gevşek ip parçalarına dönüştüklerini hayal edin. Bu düşünceyle birlikte kaslarınızın gevşediğini hissettiniz mi?

4. Giysinizin teninize nasıl bir his verdiğine dikkat edin. Giysinizde size rahat ve rahatsız edici gelen nedir?

5. Üzerinde oturduğunuz, ayakta durduğunuz ya da sırtınızı yasladığınız yüzey ne kadar rahat?

6. Yakınınızda bulunan bir fincan, peçete, yastık ya da kumaş parçası gibi yumuşak kenarlı bir nesneyi elinize alın. Gözlerinizi kapayıp bu nesneyi ellerinizde, kollarınızda, ve bileğinizin iç kısmında yavaş yavaş gezdirin. Dikkatinizi aldığınız duyumlar üzerinde odaklayın. Nesneyi kolunuzun bir yerine sürtün, sonra bu duyumu o nesneyi kolunuza hafifçe vurduğunuzda hissettiğiniz duyumla kıyaslayın.

7. Değişik nesneler, değişik baskılar ve haraketlerle deney yapın. Bu alıştırmanın amacı bedensel hislerinizle ilgili farkındalığınızı artırmaktır. Duyarlılığınızı ve farkındalığınızı daha çok artırdıkça, durusezi ilahi rehberliğinizi izlemenin de daha kolaylaştığını göreceksiniz.

Kalp Çakranızı Açma

Duygusal hisler ayrıca durusezi repertuvarının bir parçasıdır. Duygulara karşılık gelen enerji merkezi ya da çakra kalpte bulunur ve kalp çakrası olarak bilinir. Kalp çakrası üzerinde meditasyon yaparak durusezinizi artırabilirsiniz.

Kalp çakrası sevgiyle ilişkili korkular yüzünden tıkanır, büzülür ya da kirlenir. Her insan bir ilişkiden ötürü acı çekmiştir, ve bu acı bizim sevgiden korkmamıza neden olur. Ancak, sevgi yaşamın özü olduğundan, bu korku yaşamın gerçek özüyle teması yitirmemize yol açar. Böylece karmaşaya düşer ve gerçek sevginin nasıl bir his verdiğini unuturuz. Biz sevgiden korktuğumuzda, aslında kendimiz olmaktan korkmaktayızdır.

Sevgi korkusu bizi tetikte, alaycı, ve savunmada olmaya götürür. İncinmekten, kurnazca yönlendirilmekten, istismar edilmekten ya da kontrol edilmekten o kadar korkarız ki kalbimizi pek çok sevgi alışverişine kapatırız. Ne yazık ki, kalbimizi sevgiye kapattığımızda, Tanrı'nın durusezimiz yoluyla bizimle konuştuğunu da fark etmeyiz, kendimizi bu farkın-

dalığa da kapatırız. İronik olarak, bu durusezi güvenilir bir biçimde, bizi onurlandıran ve destekleyen ilişkilere götürür. Durusezi ilahi rehberliğinin farkındalığını engellediğimizde meleklerin bizi istismarcı ilişkiler hakkında uyardıklarını da fark etmeyiz.

Şifa Meditasyonu

İşte sevgi hakkındaki korkularınızdan kurtulmanıza ve kalp çakranızı temizlemenize yardımcı olacak güçlü bir şifa meditasyonu. İsterseniz, bu meditasyonu yumuşak bir müzikle birlikte teybe kaydedip, sonra onu günde bir-iki kez dinleyebilirsiniz.

1. Gözleriniz kapalı ve rahat bir halde otururak iki-üç çok derin ve temizleyici nefes alın.

2. Zümrüt-yeşili güzel bir bulutun sizi kuşattığını imgeleyin. Nefes alırken bu şifa enerjisini akciğerlerinize, hücrelerinize ve kalbinize çekin. Kısa bir süre kalbiniz üzerinde konsantre olarak, zümrüt-yeşili ışığın size acı vermiş her türlü olumsuzluğu temizlemesine izin verin.

3. Derin bir nefes alarak, ışığın sevgi hakkında duyduğunuz her türlü korkuyu alıp götürmesine izin verin. Sevgiyi hissetme korkusunu bırakmaya gönüllü olun. Sizin nefes alıp sevgi korkusundan kurtulmaya niyet etmekten başka bir şey yapmanız gerekmez. Sadece şifa bulmaya istekli olun, gerisini Tanrı'ya ve meleklere bırakın. Derin bir nefes daha alın, ve eğer sevilirseniz, ardından kurnazca yönlendirileceğiniz, aldatılacağınız, kullanılacağınız, terk edileceğiniz, reddedileceğiniz, baskı göreceğiniz ya da incineceğiniz korkusu da dahil olmak üzere tüm sevilme korkusunu bırakmaya gönüllü olun. Derin bir nefes daha alarak, geçmişten gelen tüm bu korkuların temizlenmesine izin verin.

4. Şimdi, ışığın sevgi verme konusunda duyduğunuz her

türlü korkuyu temizlemesine izin verin. Derin bir nefes alarak, eğer severseniz kontrol edilebileceğiniz, istismar edilebileceğiniz, aldatılabileceğiniz, ya da incinebileceğiniz korkusunu bırakmaya gönüllü olun. Bu korkuların tümüyle temizlenmesine izin verin, ve kalbinizin doğal sevecen haline doğru genişlediğini hissedin.

5. Sizi sevgi ilişkisinde incitmiş olanlara karşı barındırdığınız her türlü eski bağışlamazlığı bırakın. Annenize, babanıza, diğer ana-baba figürlerine, kardeşlerinize, çocukluk arkadaşlarınıza, gençlik arkadaşlarınıza, ilk aşkınıza, birlikte olduğunuz ve sevdiğiniz o kişilere, birlikte yaşadığınız ya da evlendiğiniz kişiye karşı olan bağışlamazlığınızı bırakmaya gönüllü olun. Sevgiye ilişkin tüm incinmelerinizin ve düş kırıklıklarınızın temizlenmesine izin verin. Siz bu acıyı istemezsiniz, ona ihtiyacınız da yoktur, ve derin bir nefes daha alarak, onun ışığa kaldırıldığını ve orada dönüşüme uğratılıp arındırıldığını imgeleyin. Geriye sadece dersler ve her bir ilişkinin içerdiği saf sevgi özü kalır, ki zaten her bir ilişkinizde ebedi ve gerçek olan tek şey de buydu.

6. Şimdi, derin bir nefes daha alarak, ışığın sizi tamamen temizlemesine izin verin. Kendinize karşı sevgiye ilişkin barındırdığınız her türlü bağışlamazlığı bırakmaya gönüllü olun. Kendi kendinize ihanet ettiğiniz, sezginizi önemsemediğiniz, ya da en yüksek hayrınızı aramadığınız için kendinizi bağışlamaya gönüllü olun. Zihnen ya da kollarınızla kendinizi kucaklayın. İçsel benliğinize bir daha asla kendinize ihanet etmeyeceğinize dair güvence verin.

7. Şimdi, bir daha asla sizi incitecek bir ilişkiye girmemek ya da böyle bir ilişkiyi sürdürmemek için bundan böyle sezginizi ve ayırt-etme gücünüzü izlemeye kesin karar verin. Kendinizle ilişkiniz de dahil olmak üzere, herhangi bir ilişkide yaptığınızı düşündüğünüz her türlü hata için duyduğunuz bağışlamazlığı tümüyle bırakın. Ve bir başka derin ve te-

mizleyici nefesle birlikte, şifa bulduğunuzu, bütünlendiğinizi, ve gerçek kimliğiniz olan sevginin tadını çıkarmaya hazır olduğunuzu hissedin.

Sevgi korkusundan kurtulduğumuzda, insan deneyimimizin bir parçasını oluşturan zengin duygu alanının daha çok farkına varabiliriz. Bu önemlidir, çünkü durusezinin anlamını keşfetmek duygular tayfının farkında olmayı gerektirir.

Değişik Duyguları Ayırt Etmeyi Öğrenmek

Bazı insanlar hissettikleri duyguları ayırt edemez ya da isimlendiremezler. Böyle durumlarda. duygusal sözlüğü genişletmek ve duyguların ne kadar değişik olabileceklerini öğrenmek önemlidir.

Bunu başarmanın kolay bir yolu arka sayfada yer alan liste gibi bir duygu listesi kullanmaktır. Her gün bir-iki kez durup duygusal halinizi tarif eden hisleri işaretleyin. Bir-iki hafta içinde, bu işlem sizin bir duyguyu diğerinden ayırt etme yeteneğinizi güçlendirecektir. Örneğin, karışık hislerinizi birbirinden daha iyi ayırabileceksiniz. Bu işlem ayrıca duygularımızı başka insanlara projekte edip, sonra da kendimizi daha iyi hissedebilmek için onların değişmelerini beklemek yerine, bu duygularımıza sahip çıkıp onları şifalandırmamıza da yardımcı olur.

Ben yirmili yaşlarımda üniversiteye yeni kaydolduğumda buna benzer bir liste kullanmıştım. Çeşitli duygular tayfının henüz farkına varıyordum. Psikoloji derslerinden birinde, öğretmenimiz duygularımızı anlamanın öneminden söz etti. Ve sonra her derste öğrencilere sırayla, "Şu anda ne hissediyorsun?" diye sormaya başladı. Sıra bana geldiği her seferinde, ben, "Şey, ... hissettiğimi düşünüyorum," diye yanıtlıyordum. Öğretmen ise her seferinde, "Hayır, Doreen. Bana ne düşündüğünü söyleme. Bana ne hissettiğini söyle," diyor-

du. Ben, "Yorgunluk hissediyorum," diye yanıt verdiğimde, o "Bu fiziksel bir histir, bir duygu değil!" diye karşılık veriyordu. Duygularımla ilgili çok sınırlı bir farkındalığa sahip olduğumu idrak ettim, böylece birkaç hafta boyunca böyle bir duygu listesi kullandım. İçimdeki duygular silsilesi beni şaşırtmıştı! Bu keşif sürecinde, hissettiğim duyguyu kesin olarak belirlemeyi öğrendim. Bu şekilde, durusezi yoluyla aldığım rehberliğin kesin anlamını da belirlemeye başladım.

Siz şu anda kendinizi nasıl hissediyorsunuz? Size uyan tüm duyguları işaretleyin:

DUYGU LİSTESİ

Açık	*Gizemli*	*Korkunç*	*Sevecen*
Aldatılmış	*Gözüpek*	*Korkusuz*	*Sevimli*
Alıngan	*Gücenmiş*	*Kucaklanmış*	*Sevinçli*
Altüst olmuş	*Güvenli*	*Kuşkulu*	*Sıkılmış*
Aşık	*Güzel*	*Kutsanmış*	*Sinirli*
Baskı altında	*Hassas*	*Küskün*	*Suçlayıcı*
Bunalmış	*Hayranlık*	*Makul*	*Şaşkın*
Büyüleyici	*verici*	*Meleksi*	*Şefkatli*
Cesur	*Hazır*	*Memnun*	*Şen şatır*
Ciddi	*Hevesli*	*Meraklı*	*Şok olmuş*
Cüretkâr	*Heyecanlı*	*Morali bozuk*	*Takdirkâr*
Çabuk kızan	*Hoşnut*	*Mutlu*	*Tatsız*
Çekici	*Huysuz*	*Nazik*	*Tereddütlü*
Çirkin	*Huzurlu*	*Neşeli*	*Tetikte*
Duyarlı	*Huzursuz*	*Öfkeli*	*Tutkulu*
Duygusal	*İlgili*	*Patlayıcı*	*Umutsuz*
Duygusuz	*İnatçı*	*Rahat*	*Usanmış*
Düş kırıklığına	*İyi kalpli*	*Rahatsız*	*Utanmış*
uğramış	*İyimser*	*Romantik*	*Üzgün*
Endişeli	*Karamsar*	*Sadık*	*Vecit halinde*
Eğlenen	*Kaygısız*	*Sakin*	*Vefalı*
Eleştirilmiş	*Kayıtsız*	*Savunmada*	*Vesveseli*
Ezilmiş	*Kederli*	*Saygılı*	*Yerinde*
Garip	*Keyifli*	*Seksi*	*duramaz*
Gergin	*Kıskanç*	*Sersem gibi*	*Zinde*
Gevşemiş	*Korkmuş*	*Sessiz*	

Size gelen sezgisel rehberliği yorumlamak için bu listeyi kullanabilirsiniz. Her ne zaman güçlü bir duygusal ya da fiziksel his duyarsanız bunun size bir mesaj olduğunu hatırlayın. Bu his kapınızın çalınmasına benzer. Bize düşen şey kapıyı açıp bu hisse kulak vermektir. Bunu yapmanın bir yolu bu hisse, "Bana ne söylemeye çalışıyorsun?" diye sormaktır. Bu size budalaca ya da zorlayıcı bir şey gibi gelse bile, yine de bu soruyu sorun. Mutlaka bir yanıt alacaksınız.

Durusezinize Güvenmek

Bir sonraki adım hislerinize güvenmeyi öğrenmektir. Bir durusezi mesajının geçerliliği konusunda kuşkularla boğuşabilirsiniz. Bu hissin rehberliğini izlemenin sizi sıkıntıya sokabileceğinden endişe duyabilirsiniz. Bazen, durusezerler bana kendilerine içgüdülerini izleme izni vermeden önce dışarıdan "izin" almayı beklediklerini söylerler. Diğer durusezerler ise göz korkutucu ya da mantıksız görünen bir içgüdüyü izlemekte tereddüt ederler.

Durusezinize olan güveninizi artırmanın bir yolu sezginizi izlediğinize memnun olduğunuz, ve izlemediğiniz için üzüldüğünüz geçmiş fırsatları yeniden gözden geçirmektir. Ayrıca sezginizi izlemenin nasıl bir şey olacağını hissetmek ve sonuçtan memnun olup olmayacağınızı anlamak için bir durumu zihnen "deneyebilirsiniz".

Durusezi rehberliğinize olan güveninizi artırmanın en iyi yolu Tanrı'dan ve meleklerden tam güven duymanızı ve berrak hisler almanızı önleyen tüm engellerden kurtulmanıza yardım etmelerini istemektir. Tüm korkulu düşünceleri ve enerjileri semavi âleme teslim ederken bu kurtuluşu ve rahatlamayı hissedin. Sizin korkularınızı analiz etmeniz gerekmez; sadece kalbinizi Tanrı'ya ve meleklere açın, onlar sizin adınıza tüm şifa işini gerçekleştireceklerdir. Korktuğu-

nuz her seferinde bu yöntemi tekrarlayın.

Zaman zaman, korkusunu bırakmaktan korkan insanlarla karşılaşırım. Örneğin, bir süre önce verdiğim bir seminerden sonra bir adam yanıma gelip, "Şimdiye dek iki seminerinize katıldım, size sözünü ettiğiniz bu korkusuzca yaşama fikrinin korkutucu bir düşünce olduğunu söylemek zorundayım!" dedi. Adam korkuya tutunmanın yararlı olduğuna inandığını da açıkladı. Geçmişte acı verici deneyimler yaşadığından, onların tekrar vuku bulmayacaklarını garantiye almak istiyordu. O kendisine geçmiş acıları hatırlatan her türlü yeni deneyimi tanımlamasına yardımcı olması için korkuya tutunuyordu.

Bu adama göre, korkusuzca yaşamak ormanda bir bebek gibi olmaya benziyordu: saf, toy, tehlikeye açık. Ona hislerini ve inançlarını anladığımı ve onlara saygı duyduğumu söyledikten sonra, korkusuz yaşamanın aslında en *güvenli* yaşama biçimi olduğuna inandığımı açıkladım.

"Hislerimiz korkudan arındığında, bizler Tanrı'nın sonsuz bilgeliğine bağlı olan kusursuz iletişim aletleri haline geliriz," dedim ona. "Korku bir telefon hattında berrak iletişimi bozan parazite benzer. Eğer önünüzde bir tehlike varsa semavi âlem sizi bu konuda uyaracaktır. Ama, eğer telefon hattı geçmiş olayların gürültülü korkularıyla tıkalıysa siz bu uyarıyı duymayabilirsiniz."

Eğer korkularınızı bırakmakta tereddüt ediyorsanız, en azından işe korkularınızı bırakmayı *istemeyi istediğinizi* belirterek başlayabilirsiniz. Bir başka deyişle, siz korkudan kurtulmayı düşüneceksinizdir. Ve bu küçük gönüllülük ilahi sevginin girip sizi korkulardan kurtarması için yeterince büyük bir kapıdır.

DİANA

İlahi Rehberlik öğrencim Diana durusezisini deneyimlemeye korkuyordu. Çocukluğunda kötü muameleye maruz kalmış biri olarak, Diana son derece acı verici hisler yaşamış ve bunları bastırmıştı. Durusezisini uyandırmanın şiddetli ve kontrol edilemez duyguların kapağını açmasından korkuyordu. Böylece kontrolü elinde tutabilmek için tüm hislerini sıkı bir biçimde bastırıyordu.

Diana'nın devam ettiği derslerde ben ilahi rehberliği doğru bir biçimde alabilmek için zihni, bedeni ve duyguları temizlemekte bağışlamanın öneminden söz ediyordum. Diana bana çocukluğunda gördüğü kötü muamelenin "bağışlanamaz" olduğunu hissettiğini söyledi, böylece o bu şifa bulmamış içerlemeye eşlik eden öfke ve korkuya saplanıp kaldığını hissediyordu.

"Bu kötü muameleyi bağışlamak zorunda değilsin, Diana," dedim ona. "Senin sadece bu olaya dahil olan insanları, yani kendini, anneni ve babanı bağışlaman gerekiyor. Sen bağışlayarak bu kötü muameleye *göz yumuyor* değilsin. Sen sadece kendini şimdi ve ebediyen bu acıdan kurtarıyorsun." Sonra onun, aynı şekilde, kendisine kötü davranan erkeklerle birlikte olma ve sonra yine böyle biriyle evlenme şeklindeki davranış kalıbını tartıştık. "Çocukluğunda gördüğün kötü muameleyi bağışlayarak bu kalıbı kırabilirsin," dedim ona.

Diana'dan bağışlamaya gönüllü olarak, semavi âlemin ona yardım etmesi için küçük bir pencere açmasını istedim. "Kendi başına bağışlamaya çalışma. Sadece Tanrı'nın ve meleklerin sana yardım etmelerine izin vermeye gönüllü ol." Bu öneriyle birlikte, Diana'nın derin bir nefes alarak gözlerini kapadığını ve sonra titrediğini gördüm. Biz genelde eski bağışlamazlıkları bırakırken titreriz, bu yüzden Diana'nın semavi âlemin kendisine yardım etmesine ve onu şifalandırmasına izin verdiğini anladım.

Daha sonra, Diana babasına duyduğu öfkeyi Tanrı'ya aktardığını idrak etti. "Baba figürlerine gerçekten öfke duyuyordum, bu yüzden Tanrı'yla hiç konuşmamama şaşmamalı," diye açıkladı. Diana bir kez ego hislerinden kurtulmaya karar verdikten sonra, onun durusezisi hemen uyandı. Bugün o çocukluğunda kötü muamele görmüş insanların geçmiş yaralarını iyileştirmelerine yardımcı olan başarılı bir ruhsal danışman.

O sizi bir sorun konusunda uyarırken ya da sağlıksız davranışlarınızla yüzleştirirken dahi ilahi rehberliği sıcak ve sevecen hislerin kuşattığını hatırlayın. Sahte rehberlik ise soğuk, iğneleyici hisler yaratır.

Eğer kendinizi yetersiz hissetmenize ya da korkmanıza yol açan bir rehberlik alırsanız, onu izlememeniz akıllıca olur. Onun yerine, melekleri çağırın ve onlardan bu hislerden kurtulmanıza yardım etmelerini isteyin. Semavi âlem sizin ego'nun korkularının etkisinden kurtulmanıza yardım etmek ister. Melekler sizin tarafınızdan, Tanrı'nın sizin için istediği muhteşem şeyleri anlamanıza ve izlemenize yardım etmek üzere çağrılmaya bayılırlar.

Şimdi aramızdan ayrılmış bulunan büyük filozof Joseph Campbell, "Mutluluğunuzun peşinden gidin," diye öğütlediğinde, o bununla bizim rehberlik istememiz gerektiğini kastetmişti; semavi âlemin verdiği sevgi ve sevinç dolu rehberlikler her açıdan başarıya götüren yol haritalarıdır. Siz sevinç duymadığınızda, onların size yaşamınızın hangi alanlarının yolunda gitmediğini söylemelerine izin verin. Tanrı'dan onları bırakacak cesarete sahip olmanıza, ve onların yerine kalbinizi gerçekten şakıtan durumları geçirmenize yardım etmesini isteyin.

Yalnızlık, yoksulluk, terk edilme, eleştirilme ve acı çekme korkuları ego'dan kaynaklanır. O bize eğer yaşamımızın

sevinçsiz bölümlerini bırakırsak, korkunç bir şeyin olacağını söylemeye çalışır. Biz ego'nun tehditlerine inanmamalı, onun yerine kendimizi onurlandırmalıyız. Eğer yaşamınızın herhangi bölümünde bir direnç hissederseniz, onu dinleyin. O semavi âlemden size gelen ve bir şeyin yanlış olduğunu bildiren bir rehberliktir. Semavi âlem rahatsızlık istemez. Tanrı biz ilahi yaşam-amacımızı yerine getirirken maddi ihtiyaçlarımızın karşılanmasını ister.

Tanrı sizin size ya da ailenize zarar verecek bir şey yapmanızı istemez. Siz Tanrı'dan rehberlik istediğinizde, O'nun gücü sizin vasıtanızla çalışarak yaşamınızı ve çevrenizdekilerin yaşamlarını iyileştirir. Bu durumda siz başarısızlığa uğrayamazsınız, çünkü Tanrı başarısızlığa uğrayamaz.

Bundan sonraki bölümde, duruseziyi bizzat deneyimlemenize yardımcı olacak bazı alıştırmalar yapacağız. Bu şekilde, siz durusezinin ne olduğunu "hissedebileceksiniz."

BÖLÜM 16

Duruseziyi Bizzat Deneyimlemek

Durusezi *Yıldız Savaşları* filmlerinde Luke Skywalker'in ustası olduğu "güç"tür. O bizi semavi âleme ve diğer insanlara bağlayan görünmez, işitilmez enerjidir. Aşağıdaki alıştırmalarda olduğu gibi, hepimiz fiziksel ve duygusal hislerimize dikkat ederek bu güce ulaşabiliriz:

Durusezi Alıştırması 1

Aşağıdaki sorular ve bildirimler durusezi ilahi rehberliğini deneyimlemenize yardımcı olacaktır.

1. Aşağıdaki soruları yalnız ve sessiz bir ortamda okuyun. Bu soruları Tanrı'ya ve meleklere yöneltin, ve sonra karşılık olarak hissettiğiniz fiziksel ve duygusal tepkilere çok dikkat edin. Her soruyu okuduktan sonra bir an durun. Sonra, birkaç derin nefes alıp dikkatinizin dağılmasını önlemek için gözlerinizi kapayın.

- Şu anda hangi değişiklikleri yapmamı öğütlersiniz?
- Geçmişten getirdiğim hangi hissi şifalandırıp bırakmam gerekiyor?
- Lütfen bana ilahi yaşam-amacımın ne olduğunu, ve hangi amacı yerine getirmem gerektiğini söyleyin.
- Nasıl daha mutlu bir yaşam sürebilirim?
- Aşk, sağlık, para, iş yaşamımı (her seferinde birini seçin) nasıl iyileştirebilirim?

2. Soruyu zihninizde tekrarlayın ve aldığınız fiziksel ve duygusal karşılıklara çok dikkat edin. Durusezi sözlü bir iletişim kanalı değildir, bu yüzden sözler işitmeyi ya da düşün-

meyi beklemeyin. O görsel de değildir, bu yüzden zihin gözünüzle görüntüler görmeye de çalışmayın. Onun yerine, kalbiniz ve bedeniniz üzerinde odaklanın.

Her bir soruyu sorarken, bedeninizin herhangi bir yerinde bir seğirme ya da bir acı veya haz hissettiniz mi? Herhangi bir kasılma, titreme, sıcaklık, soğukluk, sevinç, üzüntü ya da herhangi bir fiziksel duyum hissettiniz mi? Aldığınız karşılığı yargılamayın, sadece tüm bu hissin sizi yıkamasına izin verin. Bu karşılığın anlamı hakkında bir his aldınız mı? Eğer aldınızsa, daha ayrıntılı bir ilahi rehberlik almak için hislerinizle "görüşün". Önce, zihnen bu hisse, "Bana ne söylemeye çalışıyorsun?" diye sorun. Sonra, farkındalığınızı bu soruya karşılık olarak hissedeceğiniz yanıta açın.

3. Bu sorulara aldığınız karşılığı günlüğünüze yazın. Soruları, örneğin, yedi gün boyunca her gün sorabilir ve zamanla durusezi tepkilerinin giderek daha ayrıntılı hale geldiğini görebilirsiniz. Gerçek ilahi rehberliğin tekrarlamalı olduğunu hatırlayın, böylece semavi âlemin size her gün aynı yanıtı vermesini bekleyebilirsiniz. Siz bir soruyu tekrar tekrar sordukça, yanıt da genelde daha ayrıntılı hale gelir. Gelen yanıtları yazdıkça, sizi güvenilir bir sonuca götürecek ipuçlarını toplayan bir dedektif gibi olacaksınız.

Durusezi Alıştırması 2

Bu alıştırma durusezinize güven kazanmanıza yardımcı olacak, ve size kişisel hisler lisanınızı tanıtacaktır. Ben daima, bu alıştırma gibi, deneyimin ilahi rehberlik kanallarımızı bilmemizi ve onlara güvenmemizi sağlayan en iyi öğretmen olduğunu görmüşümdür.

1. Daha önce olduğu gibi, her seferinde bir soru sorun, ve gösterdiğiniz fiziksel ve duygusal tepkilere dikkat edin. Her bir tepkiyi yazın, ve tüm soruları yanıtladıktan sonra,

yanıtların yer aldığı sayfalara bakın.

- Sayfa 296'daki paragrafın konusunun ne olduğunu hissediyorum?
- Sayfa 297'de yer alan tek-haneli sayının kenarları keskin mi yoksa yuvarlak mı, bu konuda ne hissediyorum?
- Sayfa 298'de yer alan sözcük sevecen mi değil mi, bu konuda ne hissediyorum?
- Sayfa 299'deki resim hakkında (resme bakmadan) düşündüğümde nasıl duygular hissediyorum?
- Sayfa 300'de hangi harfin yer aldığını hissediyorum?

2. Her bir soruya karşılık olarak hissettiklerinizi yazdıktan sonra, kitaptaki belirtilen sayfalara bakın. Mükemmelliyetçi olmadan, yanıtlarınız ile orada yer alan yanıtlar arasındaki benzerlikleri arayın. Mükemmelliyetçilik korkudan kaynaklanır, ki o ilahi rehberlik alma sürecine tezat oluşturur. Kimsenin sizi yargılamadığını hatırlayın. Onun yerine, aldığınız yanıtların benzerlikleri üzerinde odaklanın.

Eğer yanıtlarınızın kitapta yer alan yanıtlarla hiç ilgisi olmadığını hissederseniz, daha sonra yine deneyin. Büyük bir olasılıkla, ilk denemenizde ya dikkatiniz dağınıktı ya da kendinizi baskı altında hissediyordunuz. Her doğal beceri gibi, durusezi de sabırlı bir uygulamayla gelişir. Durusezi rehberliği armağanı bu çabaya değer.

Daha sonra tekrar denediğinizde, hiç aşina olmadığınız bir dergiyi kullanın. Dergiyi elinizde tutup gözlerinizi kapayın ve meleklerden size kapağın iç kısmında yer alan reklamın ne olduğunu söylemelerini isteyin. Hislerinizi gözlemleyin ve gelen yanıta güvenin. Sonra derginin kapağını açın ve sizin hislerinizle asıl reklam arasındaki benzerliklere bakın.

Uygulama Duruseziyi Daha Güçlü Yapar

Günlük faaliyetleriniz sırasında da durusezi uygulaması yapabilirsiniz. Örneğin, bir park yerinde arabanızı bırakacak boş bir yer ararken içgüdünüz üzerinde odaklanın. Onun sizi kör bir insana rehberlik yapan bir köpek gibi yönlendirmesine izin verin. Ona güvenerek, çok kısa bir sürede boş bir park yeri bulacaksınız. O zaman içgüdünüze güveniniz artacaktır.

Aynı şekilde yolda araba sürerken yolunuzu şaşırırsanız meleklerden size yol göstermelerini isteyin. Bu rehberliği ya yola devam etme ya da belli bir yöne dönme konusunda güçlü bir dürtü ya da his olarak algılayacaksınız. Eğer bu rehberlikten emin olamazsanız, onlardan bunu tekrarlamalarını ya da bu hissi güçlendirmelerini isteyin. Siz onun anlamından emin olana dek, semavi âlem memnuniyetle aynı rehberliği tekrarlayacaktır.

Bir başka yöntem de telefon çaldığında hisleriniz üzerinde odaklanmaktır. Kendinize, "Arayan bir kadın mı yoksa erkek mi?" diye sorun. Derin bir düzeyde, siz arayanın dişi ya da erkek enerjisini hissedeceksiniz, ve duruseziniz size doğru bir yanıt verecektir. Uygulamayla, giderek arayan kişinin kim olduğunu da hissedebilirsiniz.

Siz ayrıca bir arkadaşınızdan bir kâğıda bir şeyler yazmasını da isteyebilirsiniz. Arkadaşınız kâğıdı yazıyı görmeyeceğiniz şekilde katlayıp size versin. Kâğıdı elinizde tutun, gözlerinizi kapayın, ve birkaç derin nefes alın. Hislerinize, "Bu kâğıtta ne yazıyor?" diye sorun. Soruya verdiğiniz fiziksel ve duygusal tepkilere dikkat edin. Yazının içeriğini bildiren ayrıntılı bir karşılık da alabilirsiniz. Ya da mutluluk, üzüntü, sıcaklık ya da soğukluk gibi bir his de alabilirsiniz. Bu tepkiler size yazının içeriğinin genel tadını bildirirler. Sonra, kâğıdı açın ve durusezinizin size ne söylemeye çalıştı-

ğını görün.

Hislerinizi *fark etmek* onları *yargılamak* ya da sansür etmekten çok farklıdır. Fark etmek bizim dikkat ettiğimiz, ve sonra bu hisleri bir yoldaki işaretler gibi izlediğimiz anlamına gelir. Biz yargıladığımız ya da sansür koyduğumuzda, yol işaretleriyle tartışıyor ve onları görmezden geliyor oluruz.

Hislerinizin geçerliliğinden emin olamasanız bile, zihninizi ani duygular ve fiziksel duyumlar ortaya çıktığında onları fark edecek şekilde eğitebilirsiniz. Bu hislere dikkat etme ve sonra onlara, "Bana ne söylemeye çalışıyorsunuz?" diye sorma alışkanlığını edinin. Bu soruyu sorarken derin bir nefes alın ki hislerinizin yanıtlarını anlayacak yeterli sessizliğe sahip olabilesiniz.

Duygularınız ve fiziksel hisleriniz Tanrı'dan gelen mesajlardır, böylece bir anlamda, onlar meleklerdir. Hisleri otomatik olarak bir kenara atmamak, ya da onların anlamsız olduklarını varsaymamak önemlidir. Onlar çok anlamlıdır, çünkü bu evrende -bedeniniz ve duygularınız da dahil olmak üzere- hiçbir şey rastlantısal değildir. Siz büyük olasılıkla bir sezgi alıp sonra da kendinizi onun geçerli olmadığına ikna etmiş olabilirsiniz. Daha sonra, sezginizi dinlemediğiniz için pişman olmuş olabilirsiniz. Allahtan, bu acı verici deneyimleri içgüdülerimize ve sezgilerimize güvenmemize yardım eden olumlu derslere dönüştürebiliriz.

Durusezi konusunda elde ettiğiniz her küçük başarı güven oluşturur, ki bu da alınan doğru ilahi rehberliğin miktarını artırır. Durusezi yeteneğinizi uygulama yollarını araştırın, ve çok geçmeden bu gücün daima sizinle birlikte olduğunu anlayacaksınız.

BÖLÜM 17

Durubiliş: Kuşkusuz ve Kesin Bir Biliş

Durubiliş biz ilahi bilgiyi fikirler, kavramlar ve düşünceler olarak aldığımızda gerçekleşir. O bilincimize gelirken biz bu ilahi bilgiyi işitmeyiz, görmeyiz ya da hissetmeyiz; o birden ortaya çıkar. Biz bu ilahi rehberliğe, bir bilgisayara yüklenen bir veriye hemen ulaşabileceğimiz gibi bir anda ulaşabiliriz.

Bu durubiliş ya da "berrak biliş" işlemi Tanrı'nın zihninize bir bilgisayar diski koymasına benzetilebilir. Bilgi sizin bellek bankanıza yüklenir ve siz ona bir anda ulaşabilirsiniz. Bazı insanların durubilişe başkalarına kıyasla doğal olarak daha yönelimli olmalarına karşın, herkes bu yeteneğini geliştirebilir.

Ne de olsa, zihnimiz Tanrı'nın zihnine bağlıdır. Bu aslında sadece tek bir zihnin bulunduğu anlamına gelir. Bu herşeyi-bilen, tamamıyla yaratıcı ve sevgi dolu bir zihindir. Biz çok derin ve bizim için yeni olan fikirleri "bildiğimizde" ilahi rehberliği bu tek zihinden deneyimlemekteyizdir.

Durubiliş Biçimleri

Durubiliş kendi kendinize ani ilhamlar ve fikirler bulmak için yaptığınız "beyin-fırtınasından" farklıdır. Birincisinde siz bir soru sorar ve bir bilgi akışı alırsınız. İkincisinde, siz fikirler geliştirir ve onları tartışırsınız.

Durubiliş birçok şekilde gelebilir. Örneğin:

• *Vahiyler.* Tanrı'yla ve tüm yaşamla bir olduğunuzu kesinlikle bildiğiniz çok derin bir vahiy almak.

• *Beceriler.* Bozulmuş bir aleti, talimatnamesine bakmadan ve yapısına aşina olmadığınız halde nasıl onaracağınızı bilmek.

• *Olgular.* Birisi size belli belirsiz aşina olduğunuz bir konu hakkında bir soru sorar. Bir biçimde, siz zihninizde bu konu hakkında doğru çıkan olgular bulursunuz. Oysa daha önce bu olguları öğrendiğinizi, onlar hakkında bir şeyler işittiğinizi ya da okuduğunuzu hiç hatırlamamaktasınızdır.

• *İçgörüler.* Görünüşte karmaşık bir durumun altında yatan gerçeği birden bilirsiniz. İçgörünüz meselenin özü üzerinde odaklanmanıza yardımcı olarak durumu sadeleştirir.

• *İlham.* Kendinizi daha önce hakkında hiç düşünmediğiniz fikirleri ve kavramları yazarken ya da söylerken bulursunuz.

• *Yaratıcılık.* Zaman-kazandırıcı, yaşam-kurtarıcı ya da dünyanın çok ihtiyacı olan yeni bir buluş hakkında bir fikir alırsınız.

• *Öngörü.* Yeni bir insanla ya da durumla karşılaştığınızda, bu ilişkinin ya da durumun geleceğini tam olarak bilirsiniz. Daha sonra öngörünüzün doğru olduğunu görürsünüz.

Biz Durubilişe Neden Güvenmeyiz

Biz görünüşte en çok bu tür ilahi rehberliğe güvenmekte zorlanırız. *Nasıl* bildiğimi bilmeden bir şeyi nasıl bilebilirim, diye düşünürüz.

Öncelikle durubilir olan birçok insan kendisine görmek, işitmek ve hissetmekle ilgili diğer ruhsal iletişim kanalları erişilemez göründükleri için üzülür. Yvonne adlı bir kadın için de durum buydu.

YVONNE

Yvonne ile, ben bir Virginia Beach toplantısında bir konuşma yaptıktan sonra bir araya geldik. Yvonne benden meleklerinden mesajlar almasına yardımcı olmamı rica etmişti. Onun, toplantının yapıldığı oteldeki okyanus manzaralı odasına gittim. O bana mesleği ve ailesi hakkında sorular sordu, ve melekler bu soruları benim vasıtamla sevinçle yanıtladılar.

Ben böyle seanslar yaparken, müşterilerimi de kendi başlarına mesajlar almaya teşvik eder ve onlara bunun yöntemini öğretmeye çalışırım. Yvonne ile konuşurken, onun bir durubilir olduğunu fark ettim. Yvonne, "Ben sizin ve arkadaşlarım gibi geleceğime dair hiçbir vizyon görmüyorum!" derken bu konuda duyduğu düş kırıklığı açıkça görülüyordu. Birçok durubilir zihinsel imgeler göremediğinden kendini bu konuda eksik hisseder.

"Arkadaşlarım bana sadece gözlerimi kapayıp bir şeyler görmeye çalışmamı söylerler," diye devam etti Yvonne, "ama gözlerimi kapadığımda gördüğüm tek şeyin karanlık olduğunu anlamıyorlar! Sanırım ben hiçbir zaman ilahi rehberlik alamayacağım." Ben Yvonne'a durubilişi açıkladığımda, o belirgin bir biçimde rahatladı. "Bu benim için çok şey ifade ediyor!" dedi. "Keşke bir durubilir olduğumu yıllar önce öğrenseydim, çünkü tüm bu zaman boyunca bende bir yanlışlık olduğunu düşündüm durdum!"

Yvonne'a herkesin bu dört ilahi iletişim kanalını geliştirebileceğini açıkladım. Ancak, çoğunlukla bir ya da iki kanalımızın daha güçlü olduğunu, bize daha doğal geldiğini söyledim. Bir durubilir olarak, Yvonne başlıca rehberlik kaynağı olarak Tanrı'nın zihninden kendisine aktarılan ilahi fikirlere güvenecek olsa da, durugörüyü de repertuvarına katabilirdi.

Bu dört duru kanal hakkında dersler vermek için gittiğim

her yerde, Yvonne gibi insanlarla karşılaşırım. Durubilirler genelde akli insanlar olduklarından, bilgi alışlarının mantığa-aykırı yolu çoğunlukla onların kafalarını karıştır. "Bu bilgiye nasıl sahip oldum?" diye merak eder durubilir. "Bu konu hakkında hiçbir program gördüğümü ya da okuduğumu hatırlamıyorum. Bu bilgi nereden geldi?"

Birçok durubilir eğer başkaları onların bilgi kaynağını keşfederlerse inanılırlığını yitireceği korkusuyla bu durumu saklı tutar. Ancak durubilirler bilgi aktarımının nasıl gerçekleştiğini anlayamadıklarından çoğunlukla düş kırıklığı içinde yaşarlar. Onlar ancak bu dört duru iletişim kanalını öğrendikten sonra, tıpkı Yvonne gibi, bildiklerini nasıl bildiklerini anlayarak rahatlarlar.

Örneğin, bir teknik yazar bana, hakkında önceden hiçbir bilgisi olmadığı bilgilere nasıl ortak olmayı sürdürdüğünü anlayamadığını söylemişti. Bir tıp doktoru bana daima hastalarıyla karşılaştıktan kısa bir süre sonra onların hastalıklarına teşhis koyabildiğini açıklamıştı. "Ancak hastalar benim teşhisimi kabul etmeyeceklerinden, onları pahalı laboratuvar testlerine göndermek zorunda kalıyorum, ve bu testler daima ilk teşhisimi doğruluyor." O da en sonunda bu anında teşhis deneyiminin durubiliş olduğunu öğrendiğinde rahatlamıştı.

Durubiliş aniden gelen bir fikir, kavram, düşünce ya da olgudur. O çoğunlukla zihinsel olarak sorduğunuz bir soruya karşılık olarak aniden, damdan düşer gibi gelir. Tüm gerçek ilahi rehberlik gibi, durubiliş de yıkıcı değil yapıcı bir rehberliktir. Ve bilgi size bir bilgisayarın belleğine yüklenen bir kitap gibi bir bütün olarak gelir.

JANA

Jana Beals adlı bir kadın bana *Işık İşçisinin Yolu* adlı kitabımı okurken yaşadığı deneyimi anlatmıştı: "O sırada, birden

sizinle karşılaşacağımı *bildim*. Siz ülkenin öbür tarafında yaşadığınız için nasıl karşılaşacağımızı bilmiyordum. Ama, bir biçimde karşılaşacağımızı biliyordum! Ertesi gün posta kutumda sizin bir toplantıda konuşmak üzere yaşadığım kente geleceğinizi bildiren bir el ilânı buldum. Hemen bu toplantıya katılacağımı bildirdim." Jana öyküsünü bana üç ay sonra Florida toplantısında karşılaştığımızda anlattı. Ve benim onu ani durubiliş bilgisi almanın canlı bir örneği olarak paylaşmama izin verdi.

Öncelikle Durubilir Olan Kişiler

Öncelikle durubilir olan kişiler çoğunlukla son derece akli ve entelektüel insanlardır. Onlar çoğunlukla araştırma, öğretme, yazma ve teknik çalışma içeren işler yaparlar. Birçok durubilir ruhsal ya da normal-ötesi denen konulara kuşkuyla bakar, ve çoğu Tanrı ya da meleklerle iletişim kurmayı şiddetle yadsır. Birçoğu Tanrı ve meleklere inanmakta zorlandığını kabul eder. Dediğim gibi, durubilirler *her şey* hakkında bir sürü kuşkuyla yaşarlar.

Durubilirler bazen herşeyi-bilir olmakla suçlanırlar. Elbette, bu etiketleme kısmen gerçeğe dayanır. Adeta ortak bilinçdışı bir huniyle durubilirin zihnine bilgi aktarırmış gibi, bu kişi rehberliği bütün bir bilgi olarak alır. Siz bir durubilire herhangi bir şey hakkında bir soru sorduğunuzda, o size ayrıntılı ve doğru bir yanıt verecektir. Eğer o zaman bu durubilire, "Bunu nasıl bildin?" diye sorarsanız, o çoğunlukla omuzlarını silkerek, "Bunu söyleyene dek bildiğimi ben de bilmiyordum," diyecektir.

Diğer "duru" yönelimlere sahip insanlar durubilir kişiye "*Neden* şöyle şöyle yapıyorsun?" diye sorabilirler. Durubilir kişi bunu, "Çünkü yapmam gerekenin bu olduğunu biliyorum," diye yanıtlayacaktır. Eğer siz ona, "Ama, bunu neden

biliyorsun?" ya da "Bunu nasıl bildin?" diye sorarsanız bu durubilir kişiyi bunaltabilirsiniz. Bu durumda sadece, "Biliyorum, işte o kadar," gibi bir yanıt alabilirsiniz. Ve siz emin ve kesin bir bilişe sahip bir durubilirle tartışamayacağınızı bilirsiniz.

Durubilir kişi bir mühendis, bir bilim adamı ya da bir filozof olabilir. O genelde problemler çözme, yeni fikirler yaratma ve soyut kavramları anlama konusunda iyidir. Ancak, zaman zaman bu kişinin ego'su alınan ilahi rehberliğe ek bilgi sokuşturarak sadece kısmen doğru ve bilinene dayanan bir tahminin yapıldığı bir öykü yaratabilir. Bu yüzden durubilirlerin ne zaman yüksek zihinlerinden iş gördüklerinin ve ne zaman ego zihinlerine kaydıklarının özellikle farkında olmaları gerekir.

Durubilirler çoğunlukla felsefeden ve konuşma sanatından zevk alırlar. Ne kadar sıradan olursa olsun, her faaliyette altta yatan anlamları ve mesajları araştırırlar. Onlar ayrıca mükemmel karakter tahlilcileridir. Sık sık, durubilirler yeni karşılaştıkları insanlar hakkında, onların medeni halleri, yaşadıkları kent ya da meslekleri gibi küçük ayrıntıları bilirler.

CİNDY

Ruhsal danışmanlık yaptığım müşterilerimden Cindy bana yeni bir erkekle karşılaştığında, bir anda ilişkilerinin geleceğini, bir çift olarak nasıl sorunlarla karşılaşacaklarını, aşk yaşamlarının nasıl iniş çıkışlar içereceğini bildiğini söylemişti. Bu ilahi biçimde ilham edilen düşünceler daima doğru çıkıyordu, ve Cindy şimdi yeni ilişkilere girmeden önce onlara güvenmeyi öğreniyor.

Durubilirlerin ani fikirlerinin Tanrı'nın herşeyi-bilen zihninden geldiğini anladıklarında kuşkuculuktan kurtulduklarını

gördüm. O noktada, onlar bu ruhsal yeteneğin keyfini çıkarmaya başlarlar.

KİRK & SANDY

Kirk ve Sandy Moore iki güzel kızın gururlu ana-babasıydı. Büyük kızları Tara melekleri çok seviyordu. Küçük bir kızken, bir yere giderken, Tara önce meleklerin binmeleri için arabanın kapısını açıp beklerdi. Yemek masasında, Tara meleklerin de aileyle birlikte yemek yemeleri için onlara yer ayrılmasında ısrar ederdi. Ergenlik çağında ise, Tara melekler hakkında kitaplar okuyor ve yine onlar hakkında şarkılar söylüyordu.

Sonra on-yedi yaşında Tara bir araba kazasında öldü. Sandy ve Kirk hastaneden eve gelirken perişandılar. Eve geldiklerinde mutfak tezgâhının üzerinde daha önce görmedikleri bir şey dikkatlerini çekti: bu melek şeklinde bir kurabiyeydi! Moore'lar Tara'nın yatak odasına gittiler; orada, yerde bir kâğıt parçası duruyordu. Kâğıdı yerden alınca Sandy ve Kirk şaşkınlıkla yutkundular: bu, "Sen Bir Meleksin" adlı şarkının notasıydı. İşte o zaman küçük kızlarının arkadaşları melekler tarafından kuşatılmış olduğu konusunda içsel bir teyit hissettiler. Tara, kendisi bir melek olmuştu!

Çok geçmeden, Moore'lar işlerini bırakıp meleklere adanmış bir dükkân açmaya karar verdiler; bu dükkânda melek heykelleri, resimleri, kitapları, kırtasiyesi ve melek giysileri satacaklardı. Bir rüyada, Kirk bu dükkânın yeri ve lojistiği hakkında rehberlik aldı, ve sonra bunun sağlam ve doğru bir rehberlik olduğu ortaya çıktı. Kirk'in rüyasında gördüğü dükkânı kiraladılar, ve buraya *Tara'nın Melekleri* adını verdiler. Neredeyse hemen ardından ulusal medya onların öykülerini yayınladı ve Moore'lar bu işte büyük başarı kazandılar. Kirk ve Sandy melekleri Tara'nın geri plândan dükkânı ve onun tanıtımını yönettiğini biliyorlardı.

Bir öğleden sonra Moore'lar ile karşılaştığımda, onlara Tara'nın mesajlarını hangi iletişim kanalıyla aldıklarını sordum. Kirk Tara'nın iletişimini görsel olarak aldığını ve sık sık onun sesini duyduğunu söyledi. Çoğu insanda olduğu gibi, Kirk de birden fazla aktif ruhsal iletişim kanalına sahipti. Onun duruişitiyle birleşen durugörüsü Tara ile ilişki kurduğu rüyalarda özellikle güçlüydü.

Sandy ise bana üzgün bir ifadeyle bakarak, Tara'yı hiç görmediğini ve nadiren işittiğini söyledi. Sanki Kirk ve Tara özel bir ilişkiye sahiplermiş gibi, kendisini biraz dışlanmış hissettiğini itiraf etti. Ben ise Sandy'nin bir durubilir olduğunu hissetmiştim, böylece ona, "Tara senin dükkânı idare etmene yardım ediyor mu?" diye sordum.

"Elbette!" diye hemen yanıtladı, Sandy. "Bu onun dükkânı!"

Ona Tara'nın zihninden onun zihnine aktarıldığı aşikâr olan bilgiler alıp almadığını sordum. Sandy başını kuvvetle sallayarak, "Evet, alıyorum!" diye yanıtladı.

O zaman Sandy'ye ilahi âlemden bilgi ya da bir biliş aldığımız durubiliş işlemini açıkladım. Biz *nasıl* bildiğimizi bilmeden biliyorduk. Bazı insanların, Kirk gibi, görsel yönelimli olduklarını ve durugörü iletişimleri aldıklarını söyledim. "Ve diğer insanlar, senin gibi Sandy, Tanrı'dan, meleklerden, ve ölmüş yakınlarından daha çok akli ya da durubiliş iletişimi almaya yönelimlidir."

Söylediklerim Sandy'nin aklına yatmıştı, ve bana Tara ona dükkân için alacağı ürünler hakkında rehberlik yaptığında bunun çok farkında olduğunu söyledi. O Tara'dan görsel iletişim almamasının çok normal olduğunu bilmekten ötürü rahatlamıştı. Diğer durubilirler, durusezerler ve duruişitirler gibi, Sandy de isteme ve uygulama yoluyla durugörüsünü geliştirebilirdi. Bu arada, semavi âlemle durubiliş yoluyla sürekli iletişimde olduğu bilgisiyle huzur bulabilirdi.

Durubiliş Geliştirmenin Yararları

Durubilişlerini geliştiren insanlar onları iş alanında başarılara götüren bir rehberlik alma konusunda biraz daha avantajlı görünürler. Çoğu çok başarılı insanlardır. Bilişlerinin kaynağı hakkında kuşkularla dolu olmalarına rağmen, birçoğu semavi âlemden gelen fikirlerini eyleme geçirir.

JONATHAN

Jonathan Robinson başarılı bir yazar, konuşmacı ve terapisttir. Aynı zamanda spiritüel yolun bir öğrencisi de olan Jonathan her gün meditasyon yapma alışkanlığına sahiptir. Meditasyonlarından birinde, Jonathan Tanrı'ya, "Nasıl hem insanlara hizmet edip hem de bunu yaparken iyi bir zaman geçirebilirim?" diye sordu. Ve o anda birden aklına plajda insanlara bedava dondurma dağıtma fikri geldi.

Bu alışılmamış bir fikir gibi görünse de, Jonathan onun doğru rehberlik olduğunu *biliyordu*. Böylece o buna hemen güvendi ve eyleme geçti. Bir sandık dolusu dondurma alıp sandığın üzerine iri harflerle "Bedava Dondurma" yazdı ve yerel plaja gitti. Sandığı küçük bir masanın üzerine yerleştirdi ve insanların dondurma almak üzere başına üşüşmelerini bekledi.

Ama, hiç kimse gelmedi. On-beş dakika boyunca insanlar Jonathan'ı ve dondurma tezgânıhı uzaktan süzmekle yetindiler. Kimse ondan bedava dondurma istemiyordu. En sonunda, altı yaşında şirin bir kız çocuğu gelip utangaç bir sesle, "Bedava dondurmanız kaç para?" diye sordu. Jonathan ona eğer kendisine bir kez gülümserse dondurmayı alabileceğini söyledi. Küçük kız neşeyle gülümsedi. Onu izleyen ana-babalar küçük kızın bedava dondurmanın tadını çıkardığını görünce, diğer çocuklar ve yetişkinler de Jonathan'ın tezgâhına yaklaşmaya başladılar.

Jonathan çocuklara birer gülümseme karşılığında dondurma verirken, birçok ana-baba gelip ona neden bedava dondurma dağıttığını sordu. Jonathan onlara, "Ben insanlar için hoş şeyler yapmayı seviyorum, çünkü bu kendimi iyi hissetmemi sağlıyor," diye karşılık verdi. Jonathan çocuklarına dondurma dağıtırken bu kez bazı ana-babalar ona ne iş yaptığını sordular. O bir psikoterapist olduğunu söyleyince, dört kişi ondan kartvizitini istedi. En sonunda, o gün karşılaştığı üç kişi onu arayıp randevu aldı.

Aylar sonra, Jonathan bu üç insandan aldığı paraları topladı ve bin doları aşkın bir para kazanmış olduğunu gördü. Ve Jonathan bundan şöyle bir sonuç çıkardı: "Bu iyi bir zaman geçirip, birçok insanı mutlu etmenin ve bu arada çok az bir para harcamanın karşılığında alınan çok iyi bir ödül!"

Emin ve Kesin Rehber

Biliş duygusu, bir kez ona güvenmeyi öğrendiğimizde, bizi yanılmaz bir biçimde yönlendirir. Ona güvenmeyi nasıl öğrenebilirsiniz? Çoğu durubilir bu yeteneğine deneyimler sonucunda güvenmeye başlar. Onlar bu bilişi izlemediklerinde, bundan pişmanlık duyarlar. Bilişlerine uygun davrandıklarında sonuçta memnun olurlar.

Öncelikle durubilir olan eşim Michael deneme-yanılma yoluyla bilişine güvenmeyi ve ona uygun davranmayı öğrenmiştir. Örneğin, birkaç ay önce o arabasının bir parçasını kaybetti. Bu parçayı bulmak için garajın her yanına baktı, ama bulamadı. O zaman Michael rehberlik istedi. O arabanın parçasının evimizin yakınındaki sürati önleyen tümsekte düştüğüne dair ilahi biçimde ilham edilen bir düşünce aldı. Michael hemen oraya gitti ve arabanın parçasını buldu!

Durubilirler ayrıca doğru ilahi rehberliğin tipik özelliklerini

tanıyarak da bilişlerine güven duyabilirler. Tekrarlamalı, tutarlı ve olumlu içeriği onu ego'dan gelen rasgele ve küçültücü düşüncelerden ayırır.

Son olarak da, mantığa aykırı görünse de, lütfen Tanrı' dan ilahi rehberliğe olan güveninizi artırmanıza yardım etmesini istemeyi unutmayın. Bu budalaca ya da zorlamalı bir şey gibi görünse bile, O'ndan Tanrı-vergisi fikirlerinizin keyfini yaşamanızı önleyen engelleri temizlemesini isteyin. En kuşkucu pragmatist bile bu yöntemin güçlü ve etkili bir deneyim yarattığını görecektir. Bunu yapmanın kolay bir yolu gece uykuya dalmadan önce şu duayı içinizden ya da yüksek sesle söylemektir:

ENGELLERİ TEMİZLEMEK İÇİN
DUA

Çok Sevgili Tanrım,

Senden bu gece rüyama girip ilahi rehberliği anlamamı, ona güvenmemi ve onu izlememi engelleyen korkuları temizlemeni istiyorum. Eğer bana vermek istediğin bir mesaj varsa, lütfen sabah onu berrak bir biçimde anlamama ve hatırlamama yardım et.

Teşekkür ederim ve Amin

Semavi âlem güvensizliğinizin yerine güveni geçirecektir, ve siz bilişinizi izleme konusunda kendinizi daha güvenli hissedeceksiniz. Bundan sonraki bölümde anlatılan yöntemlerle, siz semavi âlemden gelen fikirlerinizin frekansını ve berraklığını artırabilirsiniz.

BÖLÜM 18

Berrak Bir Biçimde Bilmek: Durubilişinizi Artırmanın Yolları

Önceki bölümde anlatıldığı gibi, buluş yeteneği, insanlarla ilgili doğru içgörüler, ve iş alanında başarıya ulaştıran fikirler durubilişin yararları arasında yer alır. Bu bölümde, durubiliş kanalını açma yollarını inceleyeceğiz. Eğer siz zaten öncelikle durubilirseniz, bu bölüm bu ilahi rehberlik kanalının daha çok farkına varmanıza ve ona güvenmenize yardım edecektir. Eğer siz öncelikle bir başka duru kanalı kullanıyorsanız, bu bölümde durubilişinizi nasıl güçlendireceğinizi öğrenebilirsiniz.

Durubiliş ve Dengeli Bir Yaşam Tarzı

Durubiliş rehberliğiyle ilgili farkındalığınızı artırmak için dengeli bir yaşam sürdürmeniz önemlidir. Ben bedene ve duygulara iyi bakmanın ilahi bilgeliğe ulaşmamız konusunda muazzam bir etkiye sahip olduğunu keşfettim. Belki de akli yönelimlerinden ötürü, öncelikle durubilir olan kişiler dünyadan çekilip odalarına ya da ofislerine saklanma eğilimi gösterirler. Ben onları doğada yalnız başına zaman geçirerek, besleyici yemekler yiyerek, temiz hava alıp egzersiz yaparak yaşamlarını dengelemeye teşvik ederim. Aslında, belki de en önemli durubiliş fikirlerinizi temiz hava alıp egzersiz yaparken alabilirsiniz!

İyi-uyumlanmış bir beden bilgideki ince çeşitlemeleri meydana çıkarabilen iyi ayar edilmiş bir alet görevi yapar. İhmal edilmiş bir beden ise tam tersine, Tanrı-vergisi fikirlerdeki ince farkları algılayamaz. Zayıf bir biçimde beslenen

hareketsiz bir kişi çoğunlukla ilahi rehberliğin ayrıntılarını gözden kaçırır. Dolayısıyla, fiziksel sağlık rejiminiz son derece pratik uygulamalara sahiptir. Bu bir zaman israfı ya da bir gösteriş sembolü değil, size yardımcı olacak bir yatırımdır.

Zihninizin Alıcılığını Artırmak

Berrak, ayrıntılı durubiliş düşünceleri almak için zihni yargılardan arındırmak gerekir. Bu bir bilgisayarın belleğindeki gereksiz dosyaları boşaltmaya benzer. Yargılar sadece kanılardır, ve sizin olguların zihninize gelmeleri için yer açmanız gerekir. Yargılarla dolu bir zihin, çoğunlukla, gelen yeni fikirleri fark edemeyecek kadar dağınıktır.

Yargılamanın durubiliş bilgisini almayı engellemesinin bir nedeni de yargıların sizin ve diğer insanların farklı olduklarını ifade eden onaylamalar olmasıdır. Bu, "Ben diğer insanlardan ve Tanrı'dan ayrıyım," sonucuna götüren bir düşüncedir. Ve siz, önceki bölümlerden, sadece ego'nun bunu söylediğini hatırlayabilirsiniz. Biz ego-zihnimizdeyken, kendimizi Tanrı ile bir olan yüksek benliğimizden ayırırız. Yüksek benliğimizde merkezlenmiş halde kalmak ise Yaradan'ımızın sonsuz zihnine girmemizi mümkün kılar. Ego'muzun işleyiş sistemi ise ilahi veri bankasından gelen bilgiyi okuyamaz.

Bununla birlikte, yargılama ile ayırt etme arasında büyük bir fark vardır. Yargılama insanlara, nesnelere ya da durumlara "iyi" ya da "kötü" gibi niteleyici etiketler koymak anlamına gelir. Bu etiketler zihnimize at gözlükleri takar, düşünüşümüzü sınırlar, ve yaratıcı yeteneklerimizi uyuşturup köreltir. Ayırt etme ise tam tersine, ilahi rehberliğin bizi insanlara, nesnelere ve durumlara doğru yönlendirmesine ya da onlardan uzaklaştırmasına izin verme işlemidir. Bu iş-

lemle yüksek benliğimizin, Tanrı'nın ve meleklerin hangi ilişkinin ya da işin bize ve dünyaya en büyük sevinci getireceğine karar vermesine izin veririz. Örneğin, kendi kendimize, "Bu iş kötü. Onu istemiyorum," demek yerine, "Bu işin bana uygun olmadığına kuvvetle inanıyorum. Bana gerçekten uygun işlerin olduğunu biliyorum. Onları aramaya devam edeceğim," deriz.

Yargılama ve ayırt etme arasındaki fark zayıf ya da önemsiz görünebilir. Bununla birlikte, yaklaşımımız aldığımız ilahi rehberlikte çok derin bir fark yaratır. Biz zihnimizi yargılardan arındırdığımızda. daha berrak bir ayırt-edişe ulaşabiliriz, ki bu da ilahi rehberliğin bir başka adıdır.

Zihni Nasıl Arındırmalı

Ben zihni yargılardan arındırmanın çeşitli yollarını inceledim. Karşılaştığım en verimli yöntem tüm yargıların projeksiyondan (dışa yansıtmadan) kaynaklandığını anlamakla başlar. Bir başka deyişle, sizin hakkınızda yargıladığım şey benim kendi benliğimde gördüğüm şeydir. Eğer ben bir insanı bencil olarak yargılayıp sinirleniyorsam, bunun nedeni benim kendi bencilliğimi görmek ya da ondan kurtulmak istememdir. Bir zamanlar bu mutlak projeksiyon kuralının istisnaları olduğuna inanırdım, ama tekrar tekrar onun doğru olduğunu gördüm.

Ancak, bu kural bizim için büyük yararlar da içerir. Başkalarında gördüğümüz şey bizim kendimizle ilgili kavramlarımıza aynalık yaptığından, yargılarımızı bir gözlem aracı olarak da kullanabiliriz. Her ne zaman bir insan "düğmelerinize basarsa", siz kendi zihninizin bulanık bir bölümünü keşfettiğinizi bilirsiniz. Bir başkasının sizin duygularınızı yönetmesi mümkün değildir, o sadece sizin yönetemediğinizi hissettiğiniz bir yanınızı size hatırlatabilir.

Bu açıklamaya tam olarak inanmasanız bile, sizden küçük bir deney yapmanızı istiyorum. Bir dahaki sefer bir insan sizi sinirlendirdiğinde bu alıştırmayı uygulayın:

1. Her ne yapıyorsanız onu bırakın ve derin bir nefes alın.

2. Eğer mümkünse, gözlerinizi kısa bir süre için kapayın ve rahat bir biçimde oturun.

3. İçinizden, "Seni düşündüğümde beni sinirlendiren yanımdan kurtulmak istiyorum," deyin.

Kuşkusuz, hiçbir gerçek yanınızı bırakıyor değilsiniz. Onun yerine, sizi sinirlendiren insanın aynasından yansıyan sahte benliğinizi -ego'nuzu- bırakmak istemektesinizdir. Bu cümleyi söyleyerek, semavi âleme sizi istenmeyen düşüncelerinizden ve inançlarınızdan kurtarma iznini vermiş olursunuz. On-iki yıllık psikoloji eğitiminden ve binlerce saatlik klinik çalışmadan sonra, henüz zihinden yargısal karışıklığı temizlemenin daha iyi bir yöntemini bulamadım.

Evrensel Zekâya Ulaşmak

Arınmış bir zihinle, siz semavi âlemden gelen büyük fikirler yayınına daha alıcı olursunuz. Ruhsal dünya bana aramızdan ayrılmış olan bilim adamlarının, yazarların, mucitlerin, ve diğer düşünürlerin kendi uzmanlık alanlarında incelemeleri sürdürdüklerini söyler. Onlar sonra bu yeni-buldukları bilgelikten yararlanacak gönüllü insanlar ararlar.

Aramızdan ayrılmış entelektüeller biz dünyadakilere keşifleriyle yardım etmeyi derin bir biçimde isterler. Bazıları burada yaşarken bu fırsatı kaçırdıkları için, öte âlemden kendi ilahi yaşam amaçlarını yerine getirmek de isterler. Böylece onlar yaşayan entelektüellere, ani bir düşünce ya da rüya şeklinde gelebilecek bilgi de verirler. Ben sık sık en sevdiğim ölmüş yazarlardan birinin mevcudiyetini hissede-

rim, ve onun bana yazı projelerimde yardımcı olduğunu bilirim.

İster ruh dünyasındaki bilim adamlarıyla ve yazarlarla temas kurmayı arzuluyor, ister sadece Tanrı'nın sonsuz bilgeliğinin zihninize aktarılmasını arzuluyor olun, zihninizi yargılardan arındırmak mantıklı bir başlama noktasıdır.

Durubilişin okuduğum en iyi tariflerinden biri Napoleon Hill'in klasik kitabı *Düşün ve Zengin Ol*'da yer almaktadır: Şimdi aramızdan ayrılmış bulunan Marylandlı Dr. Elmer R. Gates yaratıcı melekesini geliştirip kullanarak, birçoğu temel buluş olan iki yüzü aşkın yararlı ve patentli buluşta bulunmuştur... Dr. Gates, az tanınmasına karşın, dünyanın gerçekten büyük bilim adamlarından biriydi.

Laboratuvarında, o "kişisel iletişim odam" dediği bir odaya sahipti. Bu ses geçirmeyen, ve istendiğinde kapkaranlık hale gelebilecek şekilde düzenlenmiş bir odaydı. Odada küçük bir masa, masanın üzerinde de bir not defteri ve kalem bulunurdu. Dr. Gates yaratıcı imgelemesi yoluyla belli kuvvetleri kendine çekmek istediğinde, bu odaya girip masasına oturur, ışıkları karartır, üstünde çalıştığı buluşun bilinen faktörleri üzerinde konsantre olur, ve buluşun bilinmeyen faktörleriyle ilgili fikirler zihninde "aniden belirene" dek beklerdi.

Bir seferinde fikirler o kadar hızlı geldi ki Dr. Gates neredeyse üç saat yazmak zorunda kaldı. Düşüncelerin akışı son bulduğunda, o notlarını inceledi, ve onların bazı prensiplerin bilimsel dünyanın bilinen verileri arasında benzerine rastlanmayan ince ayrıntılı tariflerini içerdiklerini gördü. Dahası, sorununun yanıtı da bu notlarda zeki bir biçimde sunulmuştu. Dr. Gates hayatını bireyler ve şirketler için "fikirler almak üzere oturarak" kazanıyordu. *

* Napoleon Hill, Think and Grow Rich (New York: Fawcett World Library, 1960)

Dünyanın en büyük mucitlerini ve iş adamlarını incelediği yirmi-yıllık çalışmasında, Napoleon Hill "dahilerin" "sonsuz zekâya" ulaşabilen kişiler olduklarını keşfetmişti. Bir başka deyişle, sizin dahi-düzeyinde ilhamlar almak için bir dahi olmanız gerekmiyordu; sadece farkında ve alıcı olmanız yeterliydi.

Meditasyon ve Fikirler Almak için Oturmak

Gates'in "fikirler almak için oturması" her durubilirin uygulayabileceği bir meditasyon biçimidir. Meditasyon basitçe, bir şeyleri uzun bir görüşle görebilecek dingin bir zihinle düşünüşünüzün üzerindeki baskılardan ve sınırlardan kurtulmak anlamına gelir. Meditasyon bizi sıradan durumlar hakkında yeni perspektifler ve içgörüler kazandığımız bir hale sokar.

Meditasyonu öğrenmenin ya da bir meditasyon programına başlamanın birçok mükemmel yolu vardır. Hemen her kitapçıda bu konuda kitaplar bulabilirsiniz. Rahat bir biçimde oturup, gözlerinizi kapayıp, birkaç derin nefes almak bile meditasyonun bazı yararlarını oluşturmak için yeterlidir. Böyle yaptığınız her seferinde zihninize ve bedeninize günlük yaşamda fazlasıyla hak ettiği bir dinlenme-arası vermiş olursunuz.

Resmi meditasyon programlarında, siz düşüncelerinizi gözlemlemeyi ve ego'nun ortaya çıkan olumsuz düşünce kalıplarını fark etmeyi öğrenirsiniz. Meditasyona Doğu yaklaşımı sizden bu düşünceleri sadece gözlemlemenizi, onlarla mücadele etmemenizi ya da onları yargılamamanızı ister. Ruhsal şifa yaklaşımı ise sizden bir adım daha ileri gidip bu düşünceleri Tanrı'ya ve koruyucu meleklerinize teslim etmenizi ister. Burada amaç zihninizi her türlü karışıklıktan arındırmaktır.

Durubiliş Çakranızı Açmak

Durubiliş semavi âlemden bilgi alma işlemine karşılık gelen bir enerji merkezine ya da çakra'ya sahiptir. Durugörünün üçüncü göz çakrası'na ve duruişitinin kulak çakraları'na karşılık geldiği gibi, durubiliş de tepe çakrası'na karşılık gelir.

Tepe çakrası başın tepesinin iç kısmında bir vantilatör gibi saat yönünde döner. O tüm bedende en hızlı dönen çakra'dır, ve güzel yüksek-titreşimli bir menekşe rengi yayar. Bu enerji merkezi, meditasyon yaptığımızda ve onu ego düşüncelerinden arındırdığımızda verimli bir biçimde işler.

Ancak, biz korku, endişe, yargı ve güvensizlik hakkında yargılar ve karanlık düşünceler barındırdığımızda tepe çakrası tıkanır. Böyle düşünceler enerji merkezinin dönüşünü yavaşlatan yağlı çamur gibidir. Böyle olduğunda, konsantrasyonumuz bozulur ve düşüncelerimiz bulanıklaşır.

Çakralar'a ve meditasyona tam olarak inanmasanız bile çakra temizliğini denemenizin bir zararı olmaz. Siz onun yarar ve etkisine inansanız da inanmasanız da bu güçlü meditasyon tepe çakrası'nı hızla temizler ve dengeler.

Ben çakra-temizleme meditasyonunu onu ilk kez üniversitedeki bir psikoloji kursunda öğrendikten sonra uygulamaya başladım. Kimse bana bu işlemin otomatik olarak yüksek psişik deneyimlere götürdüğünü söylememişti, bunu spontane bir biçimde ve normalde bilemeyeceğim zihinsel bilgiler almaya başladığımda tesadüfen keşfettim. Yabancıların geçmişleri, birlikte çalıştığım şirketlerle ilgili bazı olgular, ve gelecekteki olaylar hakkında doğru bilgiler zihnime akmaya başladı.

Böyle hem çeşitli hem de doğru bilgileri nasıl aldığımı araştırdım. Günlük çakra meditasyonlarımın bunun katalizörü olduğunu keşfettim. Bir kez bu bağlantıyı anladıktan sonra, durubiliş süreci başedilebilir hale geldi.

Tepe Çakranızı Temizlemek ve Dengelemek için Meditasyon

Aşağıdaki meditasyonu banda kaydedip onu günde bir ya da iki kez dinleyebilirsiniz.

1. Rahat bir pozisyonda oturup gözlerinizi kapadıktan sonra burnunuzdan derin bir biçimde nefes alın. Nefesinizi kısa bir süre tutun, sonra ağzınızdan yavaş yavaş verin. Derin bir nefes daha alın, kısa bir süre tutun, ve verin. Bu meditasyon boyunca derin ve rahat bir biçimde nefes alıp vermeyi sürdürün.

2. Başınızın tepesine, iç kısmına odaklanın. Kanatları üst-üste-gelen, ve dönen menekşe rengi bir vantilatör görün ya da hissedin. Bu sizin tepe çakranız'dır. Derin bir nefes alın ve havanın altın-beyaz renkte bir ışık olan enerji özünü tepe çakrası'na gönderin. Siz nefes alıp verirken, giderek daha fazla altın-beyaz ışık tepe çakranızı kuşatacaktır.

3. Bu ışığın tepe çakranıza yapışmış tüm karanlık ve olumsuz enerjiyi eritip yok ettiğini görün ya da hissedin. Eğer isterseniz, şimdiki yaşamınıza ve kendinizle ilgili ideallerinize uymayan eski düşünce kalıplarını temizlemenize yardım etmeleri için melekleri çağırabilirsiniz. Melekler hangi düşüncelerin size hizmet etmediğini bilirler. Onların bu yardım için sadece sizin izninize ihtiyaçları vardır. İçinizden meleklere, "Sizden bana, Tanrı'ya ve dünyaya hizmet etmeyen tüm ego düşüncelerini temizlememe yardım etmenizi istiyorum," deyin.

4. Bu düşünce kalıplarını bırakmaya gönüllü olduğunuzda, meleklerin onları alıp götürdüklerini görün ya da hissedin. Sizin temizlenmeye gönüllü olmaktan başka bir şey yapmanız gerekmez. Böylece, meleklere ilahi rehberliği almanızı engelleyen tüm korkuları vermeye gönüllü olun. Yeni fikirler alma korkusunu bırakmaya gönüllü olun.

5. Derin bir nefes alarak, kontrol edilme, yönlendirilme, cezalandırılma ve kısıtlanma korkusu da dahil olmak üzere Tanrı'yla iletişim kurma konusunda duyduğunuz her türlü korkuyu bırakmaya gönüllü olun. Tanrı'nın dualarınızı yanıtlamadığı ya da sizin veya bir sevdiğinizin acı çekmesine izin verdiği düşüncesinden, ya da O'nun diğer insanları sizden daha çok sevdiği inancından kaynaklanan bağışlamazlık da dahil olmak üzere, Tanrı'ya karşı barındırdığınız her türlü eski bağışlamazlığı bırakmaya gönüllü olun. Meleklerin örgütlü dinlerin üyelerine karşı duyduğunuz her türlü acı ya da öfke kalıntısını alıp götürmelerine izin verin. Derin bir nefes daha alarak, meleklerin Tanrı'nın sonsuz sevgi ve zekâsıyla iletişim kurma konusundaki doğal yeteneğinizden zevk almanızı engelleyen tüm yanlış inançları ya da düşünceleri temizlemelerine izin verin.

6. Meleklere teşekkür edin, ve onlardan bu bölgeyi temizlemeyi sürdürmelerini isteyin. Dikkatinizi tekrar bulunduğunuz odaya çevirirken, gerinmek ya da kendinizi kucaklamak istiyebilirsiniz. Kendinizi harika bir biçimde canlanmış ve tazelenmiş hissettiğinizi fark edeceksiniz. Bu durumda zihniniz mükemmel bir biçimde odaklanmış ve parlak yeni fikirler almaya açık olacaktır.

Tepe çakranız temizlendikten sonra, otomatik olarak durubiliş fikir ve ilhamları daha yoğun bir biçimde size akacaktır. Bu örnekleri bir ilahi rehberlik günlüğüne ya da bir teybe kaydetmek iyi bir fikirdir. Sık sık, durubiliş bize tamamen yeni bir girişimin ya da yaşam tarzının başlangıcı olabilecek fikir tohumları verir. Bu fikirleri gelirken yakalayın ve kaydedin, bunlar genelde derin fikirler olduğundan eğer onları kaydetmezseniz çok geçmeden unutabilirsiniz.

Sürekli olarak heyecan verici fikirler almaya başlarsanız şaşırmayın. Bu fikirlerin hangisini izleyeceğiniz konusunda dua ederek rehberlik isteyin ve semavi âlemden sizi

bu ilhamları eyleme geçirme konusunda gerekli cesaret ve bilgelikle kuşatmasını isteyin. Unutmayın, ilahi rehberlik sadece bize bir fikir verip, sonra da ya yüzelim ya da boğulalım diye kendi başımıza bırakmaz. Semavi âlem bize rehberliğimizi gerçekleştirmek için ihtiyaç duyduğumuz tüm desteği, zamanı, parayı ve aklı sağlar. Yapmamız gereken tek şey yardım istemektir.

Bundan sonraki bölümde, durubiliş ilahi rehberliğinizi istediğiniz yöne yönlendirmenin yollarını gözden geçireceğiz.

BÖLÜM 19

Durubilişi Bizzat Deneyimlemek

Siz zihninizi Tanrısal zihnin sonsuz zekâsından bilgi ve fikirler alacak şekilde eğitebilirsiniz. Biraz uygulamayla ve ilahi ilham almaya kararlı olarak, düzenli bir akış içinde yararlı fikirler ve içgörüler alabilir, gerçek ilahi rehberliği salt hayal gücünden hızla ayırt etmeyi öğrenebilirsiniz. Nasıl bir entelektüel ya da eğitimsel geçmişe sahip olursanız olun, siz tam bir durubilir olabilirsiniz.

Herkes durubiliş rehberliği alma yeteneğine sahiptir. Siz durubilir olmadığınıza inanabilirsiniz, çünkü geçmişte ilahi fikirler ve ilham almak için çok zorlamışsınızdır. Çoğu insan ilahi rehberlik almak için *zorladığında* ya hiçbir bilgi alamadığını ya da kendi hayal gücünün ürünü sahte bir bilgi aldığını görür. Durubilirler, çoğunlukla, yanlışlıkla zihinlerinin kaprisinin insafına kaldıkları sonucuna varırlar; oysa sorun onların çabalarından değil bu çabaları kuşatan gerilim ve korkudan kaynaklanır.

Durubiliş Alıştırması 1

1. Durubiliş seanslarından önce gevşemeniz gereklidir. Bu gevşeme işleminin alışılmamış ya da zaman tüketici ritüeller içermesi gerekmez; sadece derin bir biçimde nefes alıp vermek, gözleri kapamak, ve dikkatinizi dağıtmayacak bir ortamda bulunmak yeterlidir.

2. Unutmayın, zihninizde fikirlerin belirmesi için zorlamamalısınız. Daha önce de belirttiğim gibi, mücadele ya da zorlama içeren her süreç ilahi iletişimi engeller. Siz bir ismi, telefon numarasını ya da bir sözcüğü hatırlamak için uğraş-

tığınızda, hiç kuşkusuz, bunu kendiniz de deneyimlemişsinizdir. Ancak daha sonra, siz uğraşmayı bıraktıktan sonra zihniniz bu bilgiyi hatırlayabilmiştir. Yeni yaratıcı projelerde de aynı kolayca-yapma yaklaşımı uygundur.

Aşağıdaki sorular durubiliş deneyimleri sağlamak üzere tasarlanmıştır. Siz bilgiyi alırken, onu aynı zamanda diğer ilahi iletişim kanallarıyla, yani görme, işitme, hissetme yoluyla da alabilirsiniz. Bunun olması iyi bir şeydir, ne kadar çok ilahi kanalı açarsanız o kadar iyidir.

Derin bir biçimde nefes almak ve "Şimdi odaklandım ve zihnim berraktır," diye zihnen karar vermek berrak bir aktarım sağlamanın iki yoludur.

3. Her bir soruyu iki-üç kez okuyun ve sonra içinizden tekrarlayın. Eğer durubiliş bilgisi alma yeteneğiniz konusunda kuşkular duyarsanız, meleklerden onları sizin için temizlemelerini isteyin. Onlar ricanız üzerine tüm güvensizlikleri memnuniyetle alıp götüreceklerdir. Ne de olsa, zihninizi temizlemek meleklerin en sevdikleri Tanrı'ya hizmet yollarından biridir.

Bu soruları Tanrı'ya, yüksek benliğinize ve meleklere yöneltin. Her bir soruya karşılık olarak zihninize gelen düşünceleri, fikirleri ve kavramları yazın.

- Gün boyunca nasıl daha enerjik olabileceğim konusunda ne düşünüyorsun?
- Lütfen bana sence en çok hangi meslekten zevk alacağımı söyle.
- Son zamanlarda bana gelen fikirler içinde hangilerinin üzerinde çalışmamı önerirsin?
- Konsantre olma ve odaklanma yeteneğimi nasıl geliştirebilirim?
- Hayatımda şu anda aşmam gereken, mutluluğumu engelleyen en büyük engel nedir?

Durubiliş yanıtları bir biliş olarak gelir. Bilgi zihninize kapıyı çalmadan ya da kendini belli etmeden girer ve bir anda ortaya çıkar. Bu bana bir ışık patlamasıyla sahnede beliren sihirbazları hatırlatır.

Her bir soruyla birlikte siz bir bilgi akışı fark edeceksiniz. Genelde, bu bilgi sizin daha önce de barındırdığınız düşünceleri içerir, ama bu kez onlar daha büyük bir berraklık ve odakla ortaya çıkarlar. Bunun nedeni sizin sorularınızın da keskin, berrak ve odaklanmış olmalarıdır.

Durubiliş Alıştırması 2

Her ne zaman durubiliş rehberliği isterseniz, bu üç basamaklı işlemi kullanabilirsiniz:

1. Birkaç derin nefes alarak gevşeyin.

2. Gerçekten yanıtlanmasını istediğiniz, ve hakkında yeni bilgi almaya açık olduğunuz soruya karar verin.

3. Soruyu kesin bir biçimde sorun ki kesin bir yanıt alabilesiniz. Örneğin, eğer iş hayatınız hakkında ilahi rehberlik istiyorsanız, soruyu Tanrı'ya altta yatan arzularınızı gerçekten yansıtan bir biçimde ifade etmelisiniz. Tanrı ağzınızdan çıkana ya da zihninizden geçene değil, kalbinizin dualarına karşılık verdiğinden, doğru ve kesin ifade sizin yararınızadır. Bu A Konusu hakkında soru sorup da B Konusu (gerçekten kalbinizde bulunan konu) hakkında bir yanıt almamanızı sağlar. Bu belli sonuçlar sağlamak için talimatlarında mutlak kesinlik gerektiren bilgisayar programına benzer. Evrensel neden-sonuç yasası, "Neyi istiyorsanız onu alacaksınız," der. Tanrı'nın yanıtladığı sorular kafadan değil, kalpten gelirler.

Tanrı'yla Kalp Kalbe Konuşmalar

Siz Tanrı ve meleklerle kalp kalbe bir konuşma yaparak da durubiliş rehberliği isteyebilirsiniz. O'na her türlü düşüncenizi ve endişenizi anlatın, Tanrı bu konuşmanıza gömülü soruları ayırt edecektir. O'na sorularınızı resmi, hatta nazik bir biçimde ifade edip etmememiz önemli değildir. Birçok insan en büyük ilahi içgörülerini Tanrı'ya öfkeyle, "Beni neden düş kırıklığına uğrattın?" diye sorarken alır. Böyle anlarda, siz kaybedecek hiçbir şeyinizin olmadığını hissedersiniz, ve böylece Tanrı'ya gerçek arzularınızı daha kolayca söylersiniz. İlahi rehberlik almanın tek ölçütü sizin sorduğunuz soruyla ilgili *içtenliğiniz* ve Tanrı'nın yanıtını bilmeye *açık olmanızdır*.

Tanrı'nın yanıtına açık olmak, sizin beklediğinizden farklı bir yanıt almaya gönüllü olmanız anlamına gelir. Bazen biz Tanrı'nın bize belli bir yanıt vermesini beklerken başka bir yanıt aldığımızda da ilahi rehberliği engelleriz.

JUDY

Judy adlı bir kadın işinde bazı sorunlar yaşıyordu: satışları düşmüştü ve o aylık masraflarını nasıl karşılayacağı konusunda kaygılanıyordu. Böylece ilahi rehberlik almak için dua etti. Judy, "Fiyatlarda indirim yap" ya da "Belli bir gazeteye reklam ver" gibi pratik bir öğüt almayı bekliyordu. Bu yüzden de başlangıçta "Müşterilerini daha çok sev" diyen yanıta kapalıydı. Ama, her akşam Judy yardım almak için dua ettiğinde, aynı mesajı alıyordu: "Müşterilerini daha çok sev."

En sonunda nakit akışı konusunda umutsuzluğa kapıldığında, Judy, "Pekâlâ, bunu deneyeceğim!" dedi. O düşüncelerinde ve eylemlerinde bilinçli olarak sevgi akıttı; müşterilerine, onları dükkânda bir şey satın almaya zorlamadan, sadece yardımcı olmayı gözetti. Bu sevecen tutumu aşikâr

bir biçimde derin bir etki yaptı, çünkü satışları daha ilk günden arttı. Bu ani başarı onun davranışını güçlendirdi, ve ertesi gün bir yandan sevecen düşünceler ve enerji akıtırken yine müşterilerine bir şey beklemeden yardımcı olmaya çalıştı. İki haftanın sonunda, Judy'nin işi o güne dek hiç olmadığı kadar güçlenmişti.

Durubiliş Alıştırması 3

Şimdi bu kitapta yer verilen bazı şeylerle ilgili olarak durubilişi deneyimlemeye çalışabilirsiniz.

1. Aşağıdaki soruları sorarken, zihninizi karışıklıktan arındırmak için birkaç derin nefes alın. Her bir soru üzerinde odaklanın, ki sadece o soruya bir yanıt alasınız. Kitabın arka sayfalarına bakmadan önce dört soruyu da yanıtlayın.

- Sayfa 301'de yer alan cümlenin konusu nedir?
- Sayfa 302'de hangi tek-haneli sayı yer almaktadır?
- Sayfa 303'de hangi şekil yer almaktadır?
- Sayfa 304'de ne tip bir taşıttan söz edilmektedir?

2. Her bir soruyu sorduktan sonra, derin bir nefes daha alın. Bu bedeni gevşetir ve zihni gelecek yeni düşünceleri fark edebileceğiniz kadar uzun bir süre sessizleştirir.

Aldığınız şeye güvenin. Gerçek rehberliğin olumlu ve destekleyici bir yaklaşıma sahipken, sahte rehberliğin kötümser olduğunu hatırlayarak gerçek rehberliği sahtesinden ayırt edebilirsiniz. Gerçek rehberlik sizden başkalarına yardım etmenizi isterken, sahte rehberlik daima ego'nuzu yüceltecek ve sizi bir kahraman yapacak plânlar içerir. Gerçek rehberlik en yüksek potansiyelinize erişmenize yardım etmek ister, oysa sahte rehberlik sizin başka insanları bir yarışta geçip birinci gelmenizi ister. Esasen, gerçek ilahi rehberlik sevgiye dayanırken, sahte rehberlik korkudan kaynaklanır.

3. Sonra, mantıksız görünseler bile düşünceleri bir kâğıda yazın.

4. Dört soruyu da yanıtladıktan sonra, yanıtlarınızı kitapta yer alan yanıtlarla karşılaştırın; o zaman ilahi rehberliğinizin ardındaki mantığı göreceksiniz. Unutmayın, sizin ilahi rehberliği almamanız mümkün değildir, çünkü onu veren siz değilsiniz. Tanrı ilahi rehberliği verir, ve O asla başarısız olamaz. Tanrı'ya güvenin. O bizim ilahi rehberliği almayı öğrenmemize yardımcı olmak ister, bu yüzden önceki soruların O'nun için çok önemsiz olacağını düşünmeyin.

5. Sizin yazdığınız ve bu kitapta yer alan yanıtlar arasındaki benzerlikler üzerinde odaklanın. Bu olumlu odaklanma yeteneğinize güven duymanın en kolay yoludur, ki bu güven aldığınız ilahi rehberliği doğru biçimde yorumlamakta anahtar bir etkendir. Eğer onun yerine, kendinizi ilahi rehberliğin yanlış yorumladığınız bölümlerinden ötürü eleştirirseniz, almış olduğunuz gerçek rehberliğe de güvenmezsiniz.

İnsanların durubiliş sorularını yanıtlarken "yanlış" bilgi almalarının ana nedeni kendilerini çok zorlamalarıdır. Daha önce de belirtildiği gibi, biz korktuğumuz için zorlarız, ve korkulu bir zihin hali bizi sahte rehberlik veren ego düzeyine indirir. Bir başka deyişle, "yanlış" yanıtlarımız korkmamızdan kaynaklanırlar. Derin nefes almak ve semavi âlemden bizi korkudan arındırmasını istemek zihnimizi korku yerine sevgide merkezlendirmenin bildiğim en hızlı yoludur. Ayrıca Tanrı'nın sonsuz sabrını da hatırlayın, ve bu aynı sevecen prensibi kendinize uygulayın.

Durubiliş Alıştırması 4

Durubiliş sizi başka insanlar hakkındaki bilgiyi ayırt etme konusunda doğal olarak yetenekli kılar. Durubiliş bu bölümdeki gibi alıştırmalarla uyandırıldığında, siz başkalarının

nasıl davranacaklarını ya da ne diyeceklerini kolayca tahmin edebilirsiniz. Bu beceriyi birkaç adım daha ileri götürüp, size tüm kişisel ve mesleki ilişkilerinizde yardımcı olabilecek bir ilahi rehberlik alabileceğinizi biliyor muydunuz?

İşte size yaşamınızdaki herhangi bir kişi hakkında anında, ilahi biçimde yönlendirilmiş bilgi veren bir yöntem.

1. Birkaç derin nefes alıp gözlerinizi kapayarak zihninizi ve bedeninizi sakinleştirin.

2. Hakkında ilahi rehberlik almak istediğiniz bir aile üyesini, bir arkadaşınızı ya da tanıdığınız bir insanı seçin. Bu telefonda iş görüşmesi yaptığınız ya da İnternet'te tanıştığınız biri gibi hiç yüz yüze gelmediğiniz biri de olabilir.

3. Bu insanı düşünün, ve Tanrı'ya ve meleklere şunları sorun:

- Benim bu kişi hakkında neyi bilmemi istiyorsunuz?
- Bu kişi şu anda herhangi bir zorluk yaşıyor mu?
- Eğer öyleyse, bu kişinin gerçekte korktuğu şey nedir?
- Bu kişiye en iyi şekilde nasıl yardım edebilirim?

4. Aldığınız yanıtları yazabilirsiniz. Bu şekilde, ilahi rehberliğinizin ilişkinizi nasıl etkilediğini inceleyebilirsiniz. Her insan hakkında bu dört soruyu sorabilirsiniz. Bir dahaki sefere çarpıcı bir haber dikkatinizi çektiğinde, bu olaya karışan insanlar hakkında ilahi rehberlik isteyin. Hiç karşılaşmayacağınız ve karşılaşmayabileceğiniz insanlar hakkında bir sürü bilgi alabileceğinizi göreceksiniz.

Tanrı ve melekler size daha fazla sevmenize ve daha az korkmanıza yardımcı olacak her türlü bilgi verirler. Onlar sizin başka insanları gerçekten anlarsanız, yanlış hüküm vermeye daha az, ve sevecen düşünceleri barındırmaya daha çok eğilimli olacağınızı bilirler.

Ara sıra, ruh dünyası sizin bir başka insanı "okuyabilmenizi" engelleyecektir. Bu durumda sorularınıza karşılık

olarak ya hiçbir bilgi almayacak, ya da "Şu anda bilmemen en hayırlısı," veya "Daha sonra sana daha çok şey açıklanacaktır," gibi bir düşünce alacaksınızdır. Her iki şekilde de, siz semavi âlemin, sonsuz bilgeliği içinde, herkesin ihtiyacını iyilik ve sevgiyle karşıladığını bileceksiniz.

Durubiliş Alıştırması 5

Siz uyurken de durubiliş rehberliği alabilirsiniz. Bu özellikle, gündüz düşünüş tarzınız siyah-beyaz görüşlere hapsolduğunda yeni anlayışlar ve yaratıcı fikirler almak için iyi bir yoldur. Biz uyurken katı düşünce kalıplarını bırakırız, ve semavi âlem zihinimiz açıkken ilahi fikirleri bize daha kolayca aktarabilir.

Yatağa yatmadan önce, bir dakika kadar meditasyon yapın. Sonra aşağıdaki duayı içinizden ya da yüksek sesle söyleyin:

RÜYALAR YOLUYLA REHBERLİK İSTEMEK İÇİN
DUA

Çok Sevgili Tanrım,

Lütfen bu gece rüyama gir ve bana ..... konusunda rehberlik ve yeni fikirler ver. Senden, uyandığımda bu fikirleri berrak bir biçimde hatırlamama yardım etmeni de istiyorum.

Teşekkür ederim ve Amin.

Normalde rüyalarınızı hatırlamasanız bile, bu güçlü dua bilincinizi uyanmadan önceki saatte canlı ve unutulmaz rüyalar göreceğiniz şekilde değiştirecektir. Bu "berrak" rüyalar aynı anda hem kendinizi izlediğiniz hem de katılımcı olduğu-

nuz bir filmde yer almaya benzer. Bu rüyaları unutmak çok zordur; hiç rüya görmediğine yemin eden bir kişi bile böyle berrak rüyaların konusunu ve mesajını hatırlar.

Birçok büyük buluş, kitap ve içgörü rüyalar sonucunda ortaya çıkar. Siz muhtemelen sabahleyin kafalarında anahtar bir fikirle uyanan yazarların, işadamlarının ve mucitlerin öykülerini duymuşsunuzdur. *Herkes* bu bilgi havuzuna girebilir, çünkü herkesin zihni Tanrı'nın sonsuz bilgeliğine ebediyen bağlıdır.

Çok-satan bir yazar olan Jacquelyn Mitchard bir öykünün tüm konusunun ve karakterlerin isimlerinin bile kendisine sunulduğu canlı bir rüya görmüştü. O bu rüyanın içeriğini yazdı, ve sonra bu notları bir kenara bıraktı. Bir-buçuk yıl sonra, Jacquelyn bu notları beş bölümlük bir kitaba dönüştürdü ve onu bir edebiyat temsilcisine yolladı. Temsilci kitabı sevdi ve onu bir Cuma günü büyük yayınevlerinin editörlerine yolladı. Pazartesi günü, temsilci Jacquelyn'i arayarak Viking Yayınevi'nin kendisine iki-kitaplık bir kontrat için yarım milyon dolar teklif ettiğini bildirdi. Jacquelyn ve temsilcisi bu teklifi kabul ettiler.

Okyanusun Derin Ucu hemen çok-satan bir kitap oldu. Sonra Oprah Winfrey onu Oprah'ın Kitap Klübü'nde sunulacak ilk kitap olarak seçti. Ve Jacquelyn'in kitabı *New York Times*'ın çok-satan kitaplar listesinde hızla birinci sıraya yükseldi.

Siz de uykuya dalmadan önce niyet ederek uykunuzda çalışabilirsiniz. Geceleri uyarıcı ya da yatıştırıcı şeyler almaktan kaçınarak geceye özgü üretkenliğinizi daha da çok artırabilirsiniz. Bunlara alkol, kafein, nikotin, çukulata, şeker, ruh-halini değiştiren bitkiler, ve ruh halini ya da enerji düzeyini değiştiren reçeteli-reçetesiz her türlü ilaç dahildir. Ayrıca, yatmadan üç saat önceden başlayarak sert egzersiz yap-

maktan kaçının, çünkü bu beden ısınızı yükseltir ve uyku kalıbınızı bozar.

Uykuya sürüklenirken, 258. sayfada yer alan onaylayıcı duayı söyleyin. Bu duayı en az beş gece tekrarlayın. Uyandığınızda rüyalarınızı kaydetmek için başucunuzda bir kalem-defter ya da teyp bulundurmanız iyi olur. Beş gün içinde, rüyanızda alacağınız parlak fikirler sizi çok memnun edecektir.

BÖLÜM 20

İlahi İletişim Kanallarını Temizlemek İçin İleri Yöntemler

Bu kitap boyunca, ilahi rehberlik kanallarını açmak için çakra temizliğiyle birleşen meditasyonun gücünü vurguladım. Ayrıca dua etmenin nasıl korkulardan ve kuşkulardan arınmanıza ve ilahi rehberliğinize güvenmenize yardımcı olabileceğini anlattım.

Sadece bu iki yöntem bile semavi âlemden aldığınız mesajların berraklığını ve gücünü çarpıcı bir biçimde artıracaktır. Siz bir kez ilahi konuşmalar yapmakta rahat hale geldiğinizde, birçoğumuz gibi, Tanrı'ya şöyle ek sorular sormaya başlayabilirsiniz:

- Senden daha da berrak ve anlaşılır mesajlar nasıl alabilirim?
- Şu anda yaşam tarzımda ilahi rehberliği daha kolayca almama yardımcı olacak hangi değişiklikleri yapabilirim?

Bu sorulara karşılık olarak, Tanrı ve melekler ilahi iletişimin son derece berrak aletleri haline gelebilmemiz için bizi, yumuşak bir biçimde, düşüncelerimizi ve bedenimizi arındırmaya yönlendirirler. Nasıl bir piyano iyi bakıldığında ve akort edildiğinde müziğe daha iyi hizmet ederse, bedenimiz ve zihnimiz de iyi bakıldığında ve akort edildiğinde ruha daha iyi hizmet eder.

İlk kez semavi âlemden ilahi rehberliğimin anlaşılabilirliğini artıracak ileri yöntemler istediğimde, karşılık olarak tavuk vizyonları aldım. Bu vizyon bana hiçbir anlam ifade etmediği için onu hayal gücümün bir ürünü olarak görüp reddetmeyi sürdürdüm. En sonunda, Tanrı'dan beni bu ko-

nuda aydınlatmasını istedim: "Neden ilahi iletişim kanallarımın berraklığını nasıl artırabileceğimi sorduğum her seferinde bana tavuk eti gösterip duruyorsun?" diye sordum.

Duruişiti yoluyla aldığım yanıt karşısında hayretten donup kaldım. Mesajda, "Tavuk yemeyi bırak. Tavuk yediğinde, onun ölürken hissettiği acıyı massediyorsun. Bu acı enerjisi senin ilahi rehberlikle ilgili farkındalığını engelliyor," deniyordu.

Bu yanıt beni gerçekten şaşırtmıştı. O güne dek hiç beslenme türümle ilahi rehberliği alıcılığım arasında bir bağlantı kurmamıştım! Kuşkusuz, içki içmeyi bıraktıktan sonra zihnimin lazer gibi keskinleştiğini ve ilahi rehberlikle bağlantılı olan da dahil olmak üzere tüm konsantrasyon yeteneklerimin aniden geliştiğini fark etmiştim. Ama, tavuk eti?

Spiritualitenin bazı ileri düzeyde öğrencileriyle konuştum, ve onlar bana kendilerinin de benzer bir rehberlik aldıklarını söylediler. Onlar ilahi iletişimin daha berrak kanalları olmak istediklerinden vejetaryen bir yaşam tarzını benimsemişlerdi. Ben de bunu istiyordum! Kırmızı eti yıllar önce bırakmıştım, yemeklerde daha çok tavuk ve hindi eti yiyordum. İlahi rehberliğimi izleyip artık bu etleri de yememeye karar verdim. Bu etleri yemeyi bırakınca durugörüm tamamen değişip, adeta otuz santim genişliğinde siyah-beyaz bir televizyon ekranından, renkli ve geniş-ekranlı bir televizyona dönüştü. Değişim ani ve çarpıcı olmuştu. İlahi iletişimlerimde daha büyük bir berraklığın karşılığında vejetaryen bir yaşam tarzına memnuniyetle geçtim. Eğer bir biftek ya da bir hindi budu yemek istersem, kendime bunu yapma iznini verecektim. Ne de olsa, Tanrı'nın bizi hiçbir şeyden yoksun bırakmak istemediğine inanıyordum. Ancak o günden sonra canım ne et yemek istedi ne de içki içmek, çünkü düzenli bir biçimde berrak ilahi rehberlik almak çok daha mutluluk ve doyum vericiydi!

Daha berrak ilahi mesajlar almanın ileri yöntemlerini sormayı sürdürdüm, ve zaman içinde, melekler bana aşağıda yer alan on yaşam-değiştirici dersi verdiler. Her bir dersi uyguladıkça, kendimi daha hafif, daha özgür ve daha mutlu hissettim, ve ilahi rehberlik kanallarım giderek daha berrak, daha zevkli ve eğlenceli hale geldiler:

1. Bütünlük içinde yaşamak. "Zamanını en yüksek niyetlerine uygun faaliyetlerle geçir. Sezginin seni bırakmaya teşvik ettiği şeyleri bırak. Bu şeyler onlardan zevk alacağın şekilde şifalandırılabilir, ya da faaliyet kolayca ortadan kalkacaktır."

Melekler bana bu dersi verdiklerinde ben korkuyla sindim. Daha önce de belirttiğim gibi, o sırada benim için anlamsız konular hakkında makaleler yazmam için bana yüksek ücretler ödeyen bazı dergiler için çalışıyordum. Kalbim ruhsal konularda kitaplar ve makaleler yazmak istiyordu, ama ben sevdiğim işi yaparak hayatımı kazanamayacağımdan korkuyordum.

Ancak melekler hâlâ beni kalbime güvenmeye teşvik ediyorlardı. Onlar bana gerçek hayrıma ve ilgi alanıma uymayan işleri geri çevirmekten dolayı bir zarar görmeyeceğim konusunda güvence veriyorlardı. İlk kez bana böyle hoşlanmadığım bir makale yazmamı teklif eden bir dergi editörüne hayır dediğimde gerçekten sevinç duydum. Aynı hafta, bir yayıncı ruhsal konularda yazmayı teklif ettiğim bir kitabı satın aldı!

2. Sadece şimdi vardır. "Sen şu anda tam ve bütünsün. Gözlerini yarının ne getirebileceğine çevirme, bu senin şu anda kusurlu ya da eksik olduğunu, ve gelecekte dışsal bir şey yaşamına girdiğinde bütün olacağını ima eder."

Melekler bana bu dersi aktardıklarında, ben bilinçsiz bir biçimde gelecek için yaşadığımı fark ettim. Hayatımdaki pek çok nimetin farkında olacağıma, yarının bana ne getire-

ceği üzerinde odaklanıyordum. Her gece zihinsel bir "şükran listesi" çıkararak ve bu sırada Tanrı'ya gün boyunca bana gelen harika armağanlar için teşekkür ederek bakış açımı değiştirdim.

3. Tüm çatışma zihninizde yer alır. "Dış dünyada gördüğünüz ya da yaşadığınız her türlü çatışma ego'nuzun bir projeksiyonudur. Gerçekte, dünya tamamen huzur içindedir; siz huzur korkunuzu dünyaya projekte edersiniz. Siz içsel çatışmanızı çözümlemek değil, onu kendinizden uzaklaştırmak istersiniz. Böylece, onu diğer insanlara projekte edip size rahatsızlık verenin onlar olduğunu düşünürsünüz. Diğer insanlar sizin kendi anlamlarınız ve tanımlamalarınızla renklendirdiğiniz beyaz sayfalardır. Sonra siz sanki bu renklendirmeler gerçekmiş gibi onlara tepki gösterirsiniz. Buna karşılık, diğer insanlar size yapmalarını beklediğiniz gibi davranırlar, böylece siz kendi kehanetinizi kendiniz gerçekleştirmiş olursunuz."

Melekler bana yaşamımın tuvalinin ressamının ben olduğumu açıkladıklarında, ben kendimi hem ilham bulmuş hem de kederlenmiş hissettim. Ne kadar sık bir biçimde korkunun beni mutsuz etmesine izin verdiğimi fark ettim. Bazen sevgi vermekten ve almaktan korkuyordum, çünkü incinmekten ya da kontrolü yitirmekten korkuyordum. Diğer zamanlarda, sorunlar çıkmasını beklediğim için krizler yaratıyordum. Ama daima, meleklerin işaret ettikleri gibi, direksiyon bendeydi. Her duruma atfettiğim düşünceleri ve hisleri seçme gücüne sahiptim. Sezgimi dinleme gücüne sahiptim, ki o beni her zaman yaklaşan olumsuzluk ya da tehlikeye karşı uyarabilirdi. Endişe ve korku geliştirerek sorunlar yaratma gücüne sahiptim. Asla dış koşulların kurbanı olmadığımı idrak ettim, ve bu idrakle birlikte kendi beklentilerimin ve seçimlerimin bilincine vardım.

4. Beslenme biçimini saflaştır. "Tüm yiyecekler titreşime

sahiptir, ve sen uyumlandığın en yüksek frekansta titreşmek istersin. Taze meyveler, sebzeler, kabuklu yemişler ve rafine edilmemiş tahıllarla beslen; bu yiyecekler en yüksek frekansa sahiptirler. Et, süthane ürünleri, alkol, şeker, çukulata ve kafeinden uzak dur. Ve yediğin tüm yiyeceklerin özünün o yiyecek sindirilip gittikten sonra da uzun bir süre seni etkilediğini unutma."

Melekler bana yukarıdaki dersi verdikleri sırada, benim beslenme biçimim zaten oldukça sağlıklıydı. Kırmızı eti, tavuğu ve alkolü bırakmıştım. Yine de, beslenme biçimimi daha da düzeltebilirdim, böylece koruyucu meleğimin beslenme konusundaki öğüdüne aynen uydum. Çok kısa bir süre içinde enerjimde ve dış görünüşümde çarpıcı bir gelişme oldu! Kendimi şekerli, yağlı ve kafein-yüklü yiyeceklerden ve içeceklerden yoksun kalmış hissetmiyordum; sağlıklı yiyecekleri seçmek bana kolay ve doğal gelmişti. Beslenme alışkanlığımı değiştirdikten sonra, bir kez bile, geçmişte rejim yaparken olduğu gibi üzülmedim. Melek beslenme uzmanlarım yeme kalıplarımı öylesine tedricen değiştirmişlerdi ki artık yemediğim yiyecekleri hiç özlemedim.

5. Almak için verme. "Karşılığında bir şeyler bekleyerek verme. Sen vermenin karşılığında sonuçlar elde edeceksin; bu evrensel bir yasadır. Ama neden-sonucun nasıl tahsis edileceği sana bağlı bir şey değildir. Ayrıca, eğer verdiğin şeyin karşılığında bir şey beklersen, onu gerçekte vermemiş olursun. Bu durumda, onu bilinçte tutmakta, ve tam olarak vermeden önce karşılığında bir şey almayı beklemektesindir."

Bir kez daha melekler ruhumun derinliklerini görmüşlerdi ve ben utandığımı hissetmiştim. Onlar benim verici bir insan olduğumu biliyorlardı. Bununla birlikte, birçok kez karşılığında bir şey almayı bekleyerek verdiğimi kabul etmek zorundaydım. Koruyucu meleklerime tam bir güvenle, başkalarına verdiğim armağanlara bağlı tüm bağları bırak-

maya karar verdim. Neredeyse hemen yeni iş fırsatları ve arkadaşlarla olağanüstü deneyimler gibi şaşırtıcı ödüller almaya başladım.

Vermenin gerçekten kendi ödülü olduğunu öğrendim, çünkü o hemen sevinç ve doyum veriyordu. Biz verdiğimizde dışsal bir enerji yaratırız, ve o -neden-sonuç yasası yüzünden- daima bizim eşit ya da daha büyük ölçekte bir şey almamızla sonuçlanır. Bazen ödülümüz beklenmedik biçimlerde gelir. Ben A kişisine zamanımı ya da enerjimi verdikten sonra, daha sonra B kişisinden önceden belli olmayan bir armağan aldığımı fark ettim. Eğer ben A kişisinden bir ödül almakta inatçı bir biçimde ısrar etmiş olsaydım, B kişisinden gelen armağanı kaçırmış olabilirdim. Diğer derslerde olduğu gibi, melekler derhal bu dersi pekiştirdiler ve o benim yaşamımın kalıcı bir parçası haline geldi.

6. Doğada tek başına zaman geçir. "Doğanın sesleri ve kokuları görünmezdir, böylece onlar senin zihnini her şeyin maddeden daha yüksek ve hızlı bir biçimde titreştiği görünmez ruh âlemine götürürler. Doğada şifa verici özellikler vardır. Ayrıca, doğa melekleri de vardır; onlar çok gerçektir. Sen bu doğa meleklerinden seni şifalandırmalarını isteyebilirsin. Doğada olmak toprağın doğal ritmine uyumlanmana yardım eder, ve zamanlama ve devreler her şeyin bir parçası olduğundan, sen yaşamın ritmiyle daha çok uyum içine girersin."

Meleklerin dürtmesiyle birlikte, ben çalışma masamdan daha sık bir biçimde kalkıp öğlen yemeği saatlerimi bulutlu günlerde bile açık havada geçirmeye başladım. Artık doğada yalnızken, daha berrak bir biçimde düşünebildiğimi görüyorum. Kuşları beslemeyi, onların neşeli şakımalarını dinlemeyi seviyorum. Temiz hava, güneş ışığı ve çiçek kokuları benim daha derin düzeylerde meditasyon yapmama yardımcı oluyor. Eğer herhangi bir konuda endişe ya da korku duyuyorsam, dışarıda oturup doğa meleklerinden beni kuşatmala-

rını istiyorum. Kendimi biraz Lilliput'un küçük insanları tarafından kuşatılan Gulliver gibi hissediyorum. Doğa melekleri sevgi dolu bir enerji yayarlar, ve bu insana semavi âlemden dev bir kucaklama gibi gelir.

7. Maddeye bağımlı olma. "Sen düşüncende maddeye bağımlı olduğunda, ego zihninin ürünlerine bağımlı kalırsın, ve böylece ego'ya bağımlı kalırsın. Bu yasadan hiçbir kaçış yolu yoktur. Maddeye bağımlı zihin ego zihnidir."

Koruyucu meleklerim maddi nesnelerde bir yanlışlık olmadığını, çünkü maddenin nötr olduğunu açıkça belirttiler. Melekler ayrıca biz insanların yiyecek, giysi ve barınak gibi maddi ihtiyaçlara sahip olduğumuzun da farkındalar. Ancak, biz maddi şeyleri saplantı haline getirdiğimizde, sadece ego doğamız üzerinde odaklanmış oluruz. Ve ego acı ve korkuyla dolu olduğundan, biz düşüncelerimizi maddede merkezlendirerek bu duyumları yaşarız. Ben parayla ilgili endişelerimi bırakabileceğimi, ve sezgimi ve kalbimin sevincini izleyerek merkezlenmiş halde kalabileceğimi anladım. Bu yüksek-benlik odaklanışı doğal olarak beni maddi ihtiyaçlarımın karşılanmasıyla sonuçlanan faaliyetlere yönlendirdi. Ve bu benim önceki görüşümden çok daha eğlenceliydi!

8. Yargılama. "Sen başkalarını kendini korumak için yargılarsın, sen insanlarla yakınlaşırsan incineceğinden korkarsın, bu yüzden onları kendinden uzak tutmak istersin ve bunun için de onları yargılarsın. Ancak sana güvenliğin konusunda endişelenmemen gerektiğini söylemiştik. Sen güvendesin, ama güvenliğin hakkında duyduğun yoğun endişe, bu düşünce-kalıbı tam da korktuğun şeyi başına getirebilir."

Tam bu noktada birkaç koruyucu meleğim konuşmaya katıldı. Onlar düşündüğümüz şeyi kendimize çektiğimizi açıkladılar. Eğer ben saplantılı bir biçimde fiziksel ya da duygusal tehlike hakkında düşünürsem, en kötü korkularımın gerçekleştiği bir hava yaratırım. Uygulamayla, diğer in-

sanları yargıladığım anda bunu fark etmeye, ve sonra bu yargının ardındaki gerçek güdülerimi analiz etmeye başladım. Her zaman olduğu gibi, meleklerim haklıydı! Korkunun daima sanık ve suçlu olduğunu keşfettim. Korkularımı meleklere teslim etmeye başladım, ve yargılama alışkanlığımın yavaş yavaş yok olduğunu hissettim. Şimdi bir insan ya da bir durum hakkında uyarılmaya ihtiyacım olursa, meleklerim yüksek sesle beni uyarıyorlar, ve ben artık kendimi koruma ihtiyacı duymuyorum.

9. Sen bilincinin odaklandığı yerde yaşarsın. "Eğer sevgisiz bir düşünce düşünürsen, acı hissedersin. Sen bilincinsin ve bilincinin odaklandığı yerin etkilerini hissedersin. Sen acı istemezsin. Dolayısıyla, sevgisiz düşüncelerini ışığa sunmayı seç."

İlk başta, bu dersle yüzleşmek bana acı verdi. Ben daima dış koşulların benim mutluluğumu etkilediğini düşünürdüm. Melekler bunun tam tersinin doğru olduğunda ısrar ettiler, ve düşüncelerimin benim dünyamı renklendirdiğini söylediler. Onlar bana mutluluğumun sahip olduğum şeye değil, düşündüğüm şeye dayandığını söylediler. "Siz olumsuz bir düşüncenin lüksünü karşılayamazsınız," sözünün ardındaki bilgeliği görmeye başladım. Televizyon ve radyo kanallarının ve gazetelerin verdikleri olumsuz haberlerden ve dedikodu içeren konuşmalardan bilinçli olarak uzak durmaya başladım. Çok geçmeden hayatın ışıklı yanını görmek gibi yeni ve sağlıklı bir alışkanlık edindim, ve böyle yaparak da, daha hafif ve ışıklı bir yaşam sürdüğümü gördüm.

10. Her şeyde, Tanrı'yı onurlandır. "Kendin için şan, şeref, övgü arama. Ancak, özünde, sen Tanrı'yı onurlandırdığında, Tanrı'yla bir olan yanını onurlandırmaktasındır. Tanrı'yı onurlandırarak, ego halinin dışında, yüksek-benlik bilincinde merkezlenmiş halde kalırsın."

Melekler en önemli dersi -tüm övülme arzusunu bırak-

manın önemini- en sona saklamışlardı. "*Sen özel olmayı arzuladığında, Tanrı'dan ve diğer insanlardan ayrı olmak istediğini söylemektesindir,*" diye açıkladı melekler. "*Oysa, kendini ayrı olarak görmenin sonucunda sen sadece korku, yalnızlık ve acı duyarsın.*"

Ben meleklerden Tanrı'nın tüm yaratıcı enerjimin kaynağı olduğunu öğrendim. Bu yüzden yaptığım ya da söylediğim ve övgü alan her şeyin onur payı haklı olarak Tanrı'ya verilmeliydi. İlk başta, bu ders benim kibrimi kırdı. Ama daha ben utanmaya fırsat bulamadan, meleklerim gerçek benliğim Tanrı'yla bir olduğundan, Tanrı'yı onurlandırdığım her seferinde gerçek beni övdüğümü hatırlatarak beni rahatlattılar.

Bu açıklama kendimi ve başkalarını meleklerimizin gözleriyle görmeme yardımcı oldu. Çünkü bu semavi varlıklar bizi gerçekte olduğumuz gibi görürler: yapabilecekleri en iyi şeyi yapmayı arzulayan sevecen ve yaratıcı insanlar olarak. Evet, biz ara sıra hatalar yaparız. Ama, kendimizi ve birbirimizi bağışladığımızda, şimdi ve daima asli doğamız olan gerçek güzelliği görürüz.

Bu on ders artık benim günlük yaşamımın kökleşmiş ve kalıcı bir parçasını oluşturuyor. Müşterilerim bana seanslarımız sırasında aldığım ilahi rehberliğin berraklığı konusunda iltifat ettiklerinde, ben şöyle karşılık veririm: "Teşekkür ederim, ama tüm onur payı Tanrı'nın ve meleklerindir. Onlar bana ilahi rehberliği nasıl alacağımı öğrettiler. Ben bu övgüyü sadece bu rehberliği izlediğim için hak ediyorum, çünkü, onlar sayesinde, şimdi ben çok iyi bir dinleyiciyim."

BÖLÜM 21

Tanrı'yla Birlikte-Yaratmak

Biz Tanrı'dan ötürü doğal olarak yaratıcıyız. Bu akla uygundur, çünkü Tanrı bizim Yaradanımız'dır, ve O sürekli olarak yaratmaktadır. Ebedi Yaradan'ın suretinde yaratılmış olan bizler de sonsuz bir biçimde yaratıcıyız. Bir başka deyişle, bizim yaratamamamız mümkün değildir.

Biz her gün, her an yaratırız. Tıpkı Tanrı gibi, biz de düşüncelerimizle yaratırız. Her ne düşünürsek, o deneyimlerimizde ortaya çıkar.

Niyet Her Şeydir

Melekler sürekli olarak bana, "Niyet her şeydir," derler. Niyet ettiğiniz şeyi deneyimlersiniz. Niyetimiz beklentilerimizle birleşen zihinsel ve duygusal odaklanışımız anlamına gelir. Eğer siz baskı, gerilim, ve yoksunluk deneyimlemeye niyet ederseniz, o zaman tam bu deneyimi yaratacaksınızdır. Eğer sorunlarınızdan ötürü diğer insanları suçlamaya niyet ederseniz, o zaman bu deneyimi yaratacaksınızdır. Eğer siz sağlık, mutluluk, zenginlik ya da başka bir şeyi deneyimlemeye niyet ederseniz, bu koşulları yaratacaksınızdır.

Ben hayatımda faturalar yüzünden bunaldığım bir dönem yaşadığımı hatırlarım. Paranın borç ve faiz ödemelerine akmasından hoşlanmasam da bu durumu halletmek için hiçbir adım atmıyordum. Sanki bir kurbanmışım gibi sadece homurdanıp, halimden yakınıp durumun sürmesine izin veriyordum.

Bir gün bu şekilde yaşamak zorunda olmadığımı fark

ettim. Kalmış borçlarımı azaltabileceğimi ya da ortadan kaldırabileceğimi, ve posta kutuma kaç tane faturanın geleceğini belirleyebileceğimi idrak ettim. Borçlarımı azaltmaya kesinlikle niyet ederek, kesin bir eylemde bulundum. Bu niyet daha önce arabamı hedefsiz bir biçimde sürerken, şimdi bir harita üzerinde gideceğim yeri belirlemeye benziyordu. Davranışımı çarpıcı bir biçimde değiştirerek borcumun daha büyük bölümlerini ödedim ve harcamamı azalttım. Bir ay içinde mali durumum düzeldi, çünkü herkes için olduğu gibi benim için de, niyetlerim deneyimlerimi yaratıyordu.

Her gün, her an ne istediğimizi ve ne beklediğimizi seçerek niyetlerimizi belirleriz. Eğer deneyimlediğimiz şeyden hoşlanmıyorsak, niyetlerimizi değiştirebiliriz, ve (yoksulluk bilinci ya da başarıyı hak etmeme duygusu gibi) alışılmış olumsuz niyetleri değiştirmenin en kolay yollarından biri dua etmektir.

Ben fırsatları ve başarıyı kendisinden uzaklaştırma alışkanlığının farkında olduğunu söyleyen birçok insanla karşılaştım. Onlar bana, "Derinlerde, mutlu olmayı hak ettiğimi hissetmiyorum," derler. Elbette, hiç kimse ya da hiçbir koşul bizi mutlu *edemez*, bu ancak kendini ve Tanrı da dahil olmak üzere herkesi sevmekten kaynaklanır.

Hâlâ, dünya üzerindeki bu yaşam sırasında, maddi ihtiyaçlara sahibiz. Kendinizi ve sevdiklerinizi iyi yaşatmak için yeterli paraya sahip olmakta hiçbir yanlışlık, ahlaksızlık ya da gayri-ruhani bir şey yoktur.

Tanrı bizim sevinç ve sevgi dolu olmamızı ister. Her sevgi dolu ana-baba gibi, O sevgili çocukları için her şeyin en iyisini ister. Ve *siz* de kesinlikle Tanrı'nın sevgili çocuklarından birisiniz! Siz nasıl çocuğunuzun acı çekmesini istemezseniz, O da sizin acı çekmenizi istemez.

Eğer düşüncelerimizi Tanrı'nın bu niyeti ve isteği ile

mükemmel bir biçimde uyumlu halde tutarsak, o zaman deneyimlerimiz daima güzel bir düzen ve uyum içinde akacaktır. Ne yazık ki, biz genelde bunu yapmaz, Tanrı'dan zihinsel bir tecrit hali içinde yaşar, ve O'nunla sadece ara sıra konuşuruz. Bazılarımız Tanrı'ya diğerlerinden daha sık bir biçimde danışsalar da, çoğumuz onunla sürekli bir biçimde konuşmayız. Gün boyunca Tanrı ve meleklerle konuşmaya çalışmak gerçekçi ve yararlı bir hedeftir; böylece, biz her konuda güvenilir ve yaratıcı öğütler alabiliriz.

Tanrı'yla Partnerlik

Biz O'ndan öğüt isteyerek, bu öğüdü dinleyip uygulayarak Tanrı ile *birlikte-yaratırız.* Birlikte-yaratma bizim Tanrısallığımız'ın güzel bir ifadesidir. Bu düzenli olarak Tanrı'dan rehberlik isteme, ve sonra O'nun yanıtına karşı duyarlı ve açık olma alışkanlığına dayanır. Biz sonra Tanrı'nın bize birbiri ardına verdiği adımları korkusuzca atarız.

Bu birlikte-yaratma sürecinde güzel deneyimler ve hedefler neredeyse mucizevi bir biçimde tezahür ederler. Evet, onlar bizim Tanrı'nın rehberliğini eyleme geçirme konusunda çaba göstermemizi gerektirirler. Ama, bu eylemler semavi âlemden kaynaklandıklarından, onlar genelde yerine getirilmesi eğlenceli ve heyecan verici eylemlerdir. Ben hiç Tanrı'nın benden bana ya da sevdiklerime sıkıntı ya da acı verecek şeyler yapmamı istediğini görmedim. Tanrı'nın "bizi sınaması" şeklindeki eski fikir sadece bir efsanedir. Kendimizi sınayan sadece biziz.

Geleneksel hedef-oluşturma sürecinde, biz kendimiz hedefler ve plânlar oluştururuz. Onları yazar, gerçekleştirir, ve genelde onların içi-boş zaferler olduğunu görürüz. Bunun nedeni bizim bu hedefleri maddi ya da dış dünyaya dayandırmamızdır. Biz dış dünyada bir şey görmüş ve "Bu beni mutlu

edecek bir şey gibi görünüyor," demişizdir.

Birlikte-yaratma ise, tam tersine, içsel bir odaklanıştan kaynaklanır. O siz umutlarınızı ve arzularınızı Tanrı'yla paylaştığınızda başlar. Bu, o zaman, üzerinde çalışmanın bize sevinç ve haz vereceği hedefler oluşturmamıza yardımcı olur. Yüksek benliğimizle bir olan Tanrı, içimizde zaten mutludur. Tanrı-vergisi hedeflerimiz bu mutluluğun ifade şekillerinden daha fazla bir şey değildir.

Tanrı, tıpkı güneş gibi, sürekli olarak ışık huzmeleri yollamaktadır. Bu ışık O'nun yaratıcılığı, sevgisi ve verici doğasıdır. O'nun suretinde yaratılmış olan bizler de ışık huzmeleri yollama konusunda doğal bir dürtüye sahibizdir. Tanrı'yla birlikte-yarattığımız her hedef ışık verme ve sevinç yaymanın bir ifadesidir.

İlahi Rehberlik Yüzde Yüz Güvenilirdir

Bu kitaptaki basamakları uyguladıkça, Tanrı ve meleklerle giderek daha berrak bir biçimde iletişim kuracaksınız. Semavi âlem sizi asla korkutucu bir şey yapmaya yönlendirmeyecektir, ama sizden kendinizi gerçek potansiyelinize ulaşmak için zorlamanız istenecektir. Tanrı sizden harikulade bir şey yapmanızı isteyip de siz başarısızlığa uğrayacağınızdan korktuğunuzda, bu korkularınızı mutlaka O'na iletin. Her korkunuz, umudunuz, her ayrıntı ve fikir hakkında Tanrı'ya ve meleklere danışın, ve onlar tüm engelleri kaldırarak her yararlı kapıyı açacaklardır.

İlahi rehberlik bize evrenin mükemmel bir biçimde düzenlenmiş yasalarının bir parçası olarak gelir. Düğmeye bastığımız her seferinde yanan elektrik gibi, ilahi rehberliğimiz de yüzde yüz güvenilirdir. Eğer siz hem elektrik düğmesine basıp hem de gözlerinizi kaparsanız, elektriğin kesildiğini düşünebilirsiniz. Benzer biçimde, eğer ilahi rehberlik ister

de sonra iletişim kanallarınızı kaparsanız, bu rehberliğin güvenilmez olduğuna inanabilirsiniz. İlahi rehberlik daima bizim çağrımıza karşılık olarak gelir, ama biz ancak onu almaya açık olduğumuzda bu rehberliği fark ederiz.

İlahi Rehberliğinizi İzlemek

Öyleyse neden bazen ilahi rehberlik doğru çıkmaz? Özgür irade yasası bize hayatımızın gidişatını değiştirme gücünü verir. Örneğin, diyelim ki siz belli bir işe başvurmanızı söyleyen güçlü bir sezgisel rehberlik aldınız. Sonra her şey yolunda gider ve siz hemen iş görüşmesi için bir randevu alırsınız. O noktada, siz ilahi rehberliğin başarısını engelleyebilirsiniz. Siz, "Böyle yüksek ücretli büyük bir işi hak etmiyorum," diye düşünebilirsiniz, ve bu tutum sizin iş görüşmenizi bozacaktır. İlahi rehberliğiniz son derece güvenilirdi, ama özgür iradeniz (ve ego rehberliğiniz) onu baltalamıştır. Bununla birlikte, siz gerçek ilahi rehberliğinize uygun davranırsanız, yaşamınızın her alanıyla ilgili güvenilir öğütler alabilirsiniz.

Dualarımız daima yanıtlanır, ama onlara karşı uyanık ve tetikte olmadıkça biz bu yanıtları almaz ya da tanımayız. İşte bu yüzden ben imanın çok önemli olduğuna inanıyorum. Eğer siz duaların daima yanıtlandığına dair imana sahipseniz, bu yanıtları beklemeye ve onları fark etmeye daha eğilimli olursunuz. Arkadaşım Pilar Pollock bunu çok şaşırtıcı bir biçimde öğrenmiştir:

PİLAR

Pilar aktör Antonio Banderas'ı son derece çekici bulur. Bir akşam, mum ışıkları eşliğinde yapılan bir dua töreni sırasında Pilar onu düşünmeye başladı. O Antonio ile karşılaşmak için dua etmedi, ama kendi mumunu yaktığı sırada onunla karşılaşmayı ne kadar çok istediğini düşündü.

Pilar kısa bir süre önce bir kadın yazarla tanışmış ve onlar dua töreninden kısa bir süre sonra birlikte öğle yemeğine çıkmaya karar vermişlerdi. Bu kadın onu arayarak serbest bir yazar olarak aniden Baja California'da bir röpörtaj işi aldığını söylemiş ve Pilar'a randevularını daha sonraya erteleyebileceklerini ya da onun da kendisiyle birlikte bu röportaja gelebileceğini söylemişti.

Pilar gitmek istediğini hissetmiş, ama bu uzun yol gözünde büyüdüğü için yine de reddetmişti. Ancak, daha sonra görüştüklerinde, arkadaşının röportaj yaptığı kişinin Antonio Banderas'ın ta kendisi olduğunu öğrenince adeta yıkılmıştı! Bu olaydan sonra, Pilar artık dualarının yanıtlarını daha dikkatli bir biçimde bekliyor.

Eğer semavi âlem bizi eyleme geçmeye yönlendirirse, biz bunu izlemeliyiz. Daha önce da yazdığım gibi, ilahi rehberlik küçük-adımlar halinde gelir. Biz birinci adımı atınca, Tanrı bize ikinci adımı sunar. Bu yüzden biz birinci adımı atmadan ikinci adımı alamayız. İşte bazı durusezerler bu noktada saplanıp kalırlar.

PATTY

Seminerlerimden birine katılan Patty yaşam misyonunu bilmek için Tanrı'ya dua ettiğini söylemişti. Patty yanıtı kendisine çok aşina olduğu bir konuda bir kitap yazmasını söyleyen bir rüya ile aldı. Rüya o kadar berraktı ki Patty bunun salt bir hüsnükuruntu olmadığını, gerçek bir ilahi rehberlik olduğunu hissetti.

Böylece Patty çok profesyonel ve parlak bir kitap yazarak metni üç yayıncıya yolladı, ancak üçü de kitabı geri çevirdi. Bu beklenmeyen düş kırıklığıyla morali bozulan Patty benden yardım istedi, rüyası o kadar berraktı ki o her şeyin pürüzsüz bir biçimde gitmesini beklemişti.

Patty'ye bu konuda yeni bir ilahi rehberlik almak için dua edip etmediğini sordum. "Evet" diye yanıtlayınca, nasıl bir yanıt aldığını sordum. O önce biraz duraksadı, sonra kitabının duyurusunu İnternet'te bir sayfa hazırlayarak yapması yönünde güçlü bir his aldığını açıkladı. Patty'ye bunu yapıp yapmadığını sordum.

"Eh, bir İnternet sayfasını nasıl hazırlayabileceğimi araştırdım, ama o kadar," diye yanıtladı.

Ona hâlâ ilahi rehberliğin kendisine kitabının duyurusunu İnternet'te yapmasını söylediği hissini duyup duymadığını sordum.

Patty, "Evet, ama henüz bunu yapmadım," dedi.

Ona ilahi rehberliğini ihmal ettiği için kendini saplanıp kalmış hissettiğini anlattım. "Eğer bir adım atma konusunda güçlü bir his duyuyorsan, Tanrı'nın sana bir sonraki talimatı vermesi için önce o adımı atmalısın," dedim. "İlahi rehberlik biraz bir mektupla eğitim okuluna devam etmeye benzer. Sen önce aldığın birinci ödevi tamamlayıp gönderirsin, ancak ondan sonra onlar sana bir sonraki ödevi gönderirler." Patty derin bir nefes aldı ve kitap projesinde Tanrı tarafından terk edildiğini hissettiğini açıkladı. Şimdi ise o durusezer rehberliğini izlemeyerek projeyi terk edenin kendisi olduğunu anlamıştı.

Patty'nin öyküsü, özellikle biz ilahi rehberlik ve müdahale için dua ettikten sonra, gelen rehberliğin ve eşzamanlılıkların farkında olmanın önemini vurgular. Biz rehberlik için dua edip, yanıtları almaya açık olduğumuzda, ve Tanrı'nın bize verdiği talimatları izlediğimizde, uyumlu ilişkilerin, neredeyse hiç çaba göstermeden gelen yeni fırsatların, yaratıcı içgörülerin, eğlencenin, kahkahanın, gevşemenin, sağlığın ve enerjinin tadını çıkarırız.

LİNDA

Linda Fields ilahi rehberlik istemenin önemini bilen bir ruhsal danışmandır. Geçenlerde, Linda evini satıp bir başka eyalete taşınmasını söyleyen güçlü bir rehberlik aldı. Bu rehberlik Linda'ya yeni yerinde birçok kişisel ve mesleki deneyimin tadını çıkaracağını söylüyordu.

Böylece, hiç duraksamadan, Linda bu taşınmayı gerçekleştirmesine yardımcı olacak yeni bir rehberlik almak için dua etti. Belli bir emlakçıyı araması konusunda güçlü bir durusezi aldı. Onu aradığının ertesi günü emlakçı Linda'nın evini satın aldı. Linda daha sonra bana şöyle diyecekti: "Her şey o kadar kolay oldu ki! İlahi rehberlik isteyerek ve sonra onu izleyerek böyle bir taşınmanın içerebileceği zorlukların hiçbirini yaşamadım. Tanrı'nın bana yapmamı söylediği gibi, sadece telefon ettim, ve evim hemen harika bir fiyata satıldı."

Linda'nın tüm taşınma işi aynı şekilde adeta sihirli bir güçle korundu, çünkü o biz Tanrı'yla partnerlik içinde çalıştığımızda her şeyin mümkün olduğunu biliyordu. İlahi rehberliğimiz bizi birçok insanın yaşamına yarar sağlayacak değişiklikler yapmaya da yönlendirebilir. Biz bu rehberliğe güvenip onu izlediğimizde, dünyalı bir melek gibi davranıyor oluruz, ve semavi âlem bu durumda bize sonsuz şükranını sunar.

JİMMY

Işık Temsilcileri'nin yazarı Jimmy Twyman ile ilk kez karşılaştığımda, her ikimiz de, durubiliş yoluyla -o anda bunun hangi proje olacağını bilmesek de- çok büyük bir projede birlikte çalışacağımızı biliyorduk. İki gün sonra, bize daha çok şey söyleyen bir ilahi rehberlik aldık.

Biz dünyanın her yanındaki insanların aynı anda yapı-

lacak bir dua ve meditasyona katılacakları küresel çapta bir barış duası koordine etmeye yönlendirildiğimizi hissettik. Küresel barış duası vizyonumuzla ilgili bir mektup yazdık, ve insanlardan 23 Nisan 1998 günü Doğu Saati ile akşam 6.30'da bu duaya katılmalarını istedik. Mektupta barış duamızın bilimsel temelini de anlatarak, bilim adamlarının grup dualarının dünyanın enerji alanını değiştirdiğini keşfettiklerini belirttik. "Dünyanın her yanından milyonlarca insan barış dualarıyla birleştiğinde ne olacağını hayal edin," diye yazdık.

Jimmy ile birlikte Iguanamatic adlı bir İnternet servisinin sahipleriyle temas kurduk, onlar bu mektubu maddi bir karşılık beklemeden İnternet'te yayınlamayı kabul ettiler. Mektubu postayla birkaç yüz arkadaşımıza ve tanıdığımıza yollayarak, onlardan bu mektubu kendi arkadaşlarına da göndermelerini istedik. Ayrıca insanları isimlerini barış duası web-sayfamızda yer alan konuk defterine yazmaya da davet ettik.

Barış duası mektubu bu yöntemle elden-ele, ağızdan-ağıza aktarılarak dünyanın her yanında onbinlerce insana ulaştırıldı. Jimmy ile ilk karşılaşmamızın üzerinden geçen iki hafta içinde İnternet'teki barış duası sayfamız her gün bin ila beş bin kişi tarafından ziyaret edilmişti. Yetmiş beş ülkeden ziyaretçiler konuk defterimizi imzalayıp 23 Nisan'da bizimle birlikte dua edeceklerini bildirdiler. Kilise başkanları, ünlü kişiler, yazarlar bizimle temasa geçerek bu olayı coşkuyla onayladılar. *New York Times* ve diğer medya görevlileri o sırada artık "Büyük Deney" olarak adlandırılan bu olay hakkında bizimle görüşmeler yaptılar.

23 Nisan günü dünyanın her yanından binlerce -belki de milyonlarca- kişi bu on-beş dakikalık toplu dua ve meditasyona katıldı. Ertesi hafta Jimmy ve ben bir konferansa konuşmacı olarak katıldığımızda, her ikimiz de bu çabamızın

o güne dek katıldığımız en güçlü olaylardan biri olduğunu belirttik. Her ikimiz de bu olayın bu kadar büyüyeceğini hiç düşünmediğimizi, ama ilahi rehberliğimizi izlediğimiz için çok mutlu olduğumuzu söyledik.

İlahi Rehberlik Her Şeyi Kapsar

Son derece başarılı insanların özgeçmişleri onların iş fırsatlarını oluştururken ve yeni buluşlar yaratırken önsezilerini, meditasyonu, rüyalarını ve içgüdülerini kullandıklarını gösterir. Sezgisel rehberliğimiz telefon görüşmeleri yaparken ya da yeni bir ürün fikrini sunarken mükemmel bir zamanlamaya sahip olmamıza yardım eder.

Arabayla işe giderken, ilahi rehberlik şunları bilmemize yardım eder:

- Evden hangi saatte çıkacağımızı.
- Hangi yoldan gideceğimizi.
- Trafik sıkışmasından ya da kazalardan nasıl sakınacağımızı.
- Hangi benzinciye gireceğimizi.
- Gideceğimiz yere ne zaman ulaşacağımızı.
- Bir park yerini nerede bulacağımızı.

İş randevuları sırasında, ruhsal yeteneklerimiz şunları bilmemize yardımcı olur:

- Karşılaşacağımız insanın nasıl biri olduğunu.
- Onun randevuya geç mi erken mi geleceğini.
- Onun nasıl bir beklenti ve hesap içinde olabileceğini.

Mesleğinizde ilerlerken, siz şu konularda rehberlik alabilirsiniz:

- Maaşınıza zam isteme.

- Bir müşteriyle temas kurma.
- Yeni bir fikir geliştirme.
- İş değiştirme.
- Yeni bir eğitim alma, hangi okula gideceğinizi, masraflarınızı nasıl ödeyeceğinizi bilme.

İlahi farkındalık bize ilişkilerimizde de çok değerli bir yardımda bulunur. Siz onu şunlarda kullanabilirsiniz:

- Nerede olduklarını ya da ne yaptıklarını merak ettiğinizde çocuklarınıza uyumlanmak için.
- Eşiniz ya da önem verdiğiniz biri hakkında bilgi almak için.
- Üzüntülü bir arkadaşınıza ne diyeceğinizi bilmek için.
- Birine "kullanılmadan" yardım etmenin en iyi yolunu bulabilmek için.
- Hararetli tartışmalarda merkezinizde ve sakin kalabilmek için.
- Kişisel ilişkilerinizin içerdiği sorunlara yaratıcı çözümler bulabilmek için.
- Sevdiklerinize armağan alırken en iyi seçimi yapmak için.

Ruhsal iletişimin daima açıkça konuşulduğu ailemde, annem ve ben birbirimizi aramak için en iyi zamanın hangisi olduğunu bilmek üzere birbirimize uyumlanırız. Ruhsal farkındalık ayrıca bir eşruhu kendine çekmek (ki ben eşimle böyle karşılaştım) ya da yeni bir sevgilinin ne kadar dürüst olduğunu bilmek isteyen bekar insanlar için de yararlıdır. Evli insanlar telepatiyi kullanarak birbirlerinin duygularını ve fiziksel hallerini kontrol edebilirler. İncelemeler yaşlı insanların en yüksek ilahi farkındalık düzeylerine sahip olduklarını, ve uzun süredir evli çiftlerin birbirleriyle hiç konuşmadan anlaşabildiklerini göstermiştir.*

Siz ilahi rehberliğinizi harikulade yeni fırsatlar ve durumlar yaratmakta aktif bir biçimde kullanabilirsiniz. Okumuş olduğunuz gibi, ilahi rehberlik benim mutsuz ve eğitimsiz bir ev kadınından son derece mutlu bir profesyonel şifacıya dönüşmeme yardımcı oldu. Tıpkı mektupla-eğitimde size ikinci bir ödevin gönderilmesi için önce birinci ödevinizi tamamlamanız gerektiği gibi, Tanrı'nın da bize düşlerimizi gerçekleştirmemize yardımcı olacak rehberlikleri birer birer sunduğunu öğrendim.

Siz birlikte-yaratırken, dört ruhsal kanalınızı Tanrı-vergisi hedefinizi, onu zaten gerçekleştirmişsiniz gibi görmek, işitmek, hissetmek ve bilmek için kullanın. Bu işleme "tezahür ettirme" denir. Arzunuzu hayal edebileceğiniz tüm ayrıntılarıyla tamam olarak, şimdi-burada gerçekleşmiş bir realite olarak yaşayın. Bu hedefi gerçekleştirdiğinizi *görün.* Bunun heyecan ve sevincini yaşadığınızı *hissedin.* Neşeyle kahkahalar attığınızı ve sevdiklerinizin, "Tebrikler! Bunu hak etmiştin!" dediklerini *duyun.* Deneyimlerinizin düşüncelerinizi ve niyetlerinizi izlediğini, böylece hedefinizin ruhen zaten tezahür ettiğini *bilin.* Tanrı'nın sizin kutsal misyonunuzu destekleyen hiçbir şeyi esirgemeyeceğini *bilin.*

Ruhsal Alıştırma:
İlahi Rehberliğinizi Tezahür Ettirme

İşte Tanrı'nın (gerçek benliğinizin iradesiyle bir olan) iradesinin maddede tezahür edebilmesi için ilahi rehberliğinizi eyleme geçirmenize yardımcı olacak dört adım. Ben seminerlerimde bu adımları binlerce insana öğrettim, ve sürekli olarak onlardan bu adımların ne kadar güçlü olduklarını duyuyorum.

* William L. MacDonald, "The effects of religiosity and structural strain on reported paranormal experiences," *Journal for the Scientific Study of Religion* 34 (1995) 366-76

Lütfen şükretmenin birlikte-yaratmayı bir araya getiren ve ruhsal özü maddede tezahür ettiren bir zamk olduğunu unutmayın. Bu yüzden, bu alıştırma boyunca "şükretme tutumunu" koruyun.

1. Tanrı-vergisi hedefinizin görüntüsünü, hissini, sesini ve bilişini bilincinizde tutarken, aynı anda şükran duygusunu da hissedin. Hayrınıza olan şey şimdiden tezahür ettiği için şükran duymanın sıcaklığını hissedin. Bunun için şimdi Tanrı'ya teşekkür edin. Siz yoğun şükran duygularıyla sürüklenirken, bu duygu istediğiniz şeyi tezahür ettirmenizi engelleyebilecek tüm inançsızlığı ve korkuyu temizler. Bu şükran duygusu içinde kalın ve şunu hatırlayın, "İstediğiniz ve verileceğine inandığınız şey size verilecektir."

2. Tanrı-vergisi hedefinizi bir baloncuğun içine koyduğunuzu hissedin ya da görün. Resimlerle, seslerle, düşüncelerle ve hislerle tamam olan tüm tabloyu bu baloncuğun içine koyun. Bu baloncuğu, ne kadar çok şükran duyarsanız hedefinizin maddi katta o kadar çabuk tezahür edeceğini bilerek, yoğun bir şükran duygusuyla kuşatın. Baloncuğun güzel bulduğunuz herhangi bir renkle parladığını görün. Bu rengin yoğunluğunu ve parlaklığını artırın.

3. Bu baloncuğun görüntüsünü ve hissini kafanızın içinde tutun. Baloncuğun, o sanki bir asansördeymiş gibi, yavaş yavaş bedeninizin içine doğru indiğini imgeleyin ya da hissedin. Baloncuğu midenizin hemen altına, güneş-sinirağınıza indirin, ve orada durdurun. Bu baloncuğu, sanki helyum-dolu bir balonu yukarı fırlatıyormuşsunuz gibi, tam göbeğinizden dışarıya, odaya doğru ittiğinizi görün ya da hissedin.

4. Bırakın baloncuk gitsin, ve onun yukarıya semavi ışığa doğru süzülerek yükseldiğini görün ya da hissedin. Sanki harikulade bir şey olmak üzereymiş gibi, göbeğinizde dingin bir heyecan hissedin. Olacaktır da! Artık tezahür-ettirişiniz kaçınılmaz olduğu için şükran duyun.

Siz şimdi hedefinizi dört kanalınızla birden imgeleyip, onu şimdi-burada şükran duygusuyla kuşatarak, ve sonra onu Tanrı'ya bırakarak ruhsal tezahür-ettirmenin esas adımlarını tamamladınız. Şimdi Tanrı size hedefinizi maddede tezahür ettirebilmeniz için birer birer berrak bir rehberlik sunacaktır. Gelecek saatlerde ve günlerde durugörüş, duruişitiş, durusezis ve durubiliş ilahi rehberliğinize çok dikkat edin, O sizi Tanrı-vergisi arzularınızın tezahürüne mükemmel bir biçimde götürecektir.

Size getirdikleri güzel armağanlar için Tanrı'ya ve meleklere teşekkür edin. Bu armağanları hak ettiğinizi bilin, ve onları zarafetle alın. Bu armağanları kabul ederken, karşılığında dünyaya otomatik olarak mutluluk ve huzur verdiğinizi bilin. İlahi rehberliğimizi almak ve izlemek bizim amacımız, mutluluğumuz, huzurumuz ve dünyaya armağanımızdır!

Ek

Okurlar için bir not: En iyi sonuçları elde etmek için, lütfen, sadece sorduğunuz soruların yanıtlarının yer aldığı sayfalara bakınız. Kitaptaki diğer soruların yanıtlarını görmemek için zihninizi belli sorunun yanıtı üzerinde odaklayınız.

8

Durugörü Sorusu 1

A

Durugörü Sorusu 2

Durugörü Sorusu 3

ayçiçekleri

Durugörü Sorusu 4

Durugörü Sorusu 5

Bir dağ kulübesi onu kuşatan çam ağaçlarının ve rengarenk kır çiçeklerinin kalın örtüsü yüzünden uzaktan güçlükle görülebiliyor. Kulübenin koyu kahverengi ahşabı parlak bir ışıltı yayacak şekilde cilalanmış. Bir pencere pervazında içinde parlak kırmızı sardunyalar bulunan bir çiçeklik var. Çiçeğin yaprakları koyu yeşil renkte. Kulübenin üzerindeki yağmur bulutu çiçeklerin üzerine yumuşak bir biçimde çiseliyor. Yağmur hızlanırken ve artarken vahşi kuşlar sığınacak bir yer bulmak üzere uçuşuyorlar. Yağmur bulutu ağaçların üzerine boşalırken gökyüzü geçici bir süre kararıyor. Sonra bir güneş ışını külübenin çatısı üzerinde tam bir kemer oluşturan bir gökkuşağı yaratıyor.

Duruişiti Sorusu 1

Duruişiti Sorusu 2

buz küpü

Duruişiti Sorusu 3

Havai fişekler büyük bir cayırtıyla havaya yükseldiler, bunu kulakları sağır eden bir patlama izledi.

Duruişiti Sorusu 4

2+2=

Durusezi Sorusu 1

At gösterilerinin yapılacağı gün Bridget çok heyecanlıydı. Saf kan atı Alexis'in gösteriye hazır olduğunu biliyordu. Ne de olsa, onu aylardır eğitmişti. Alexis tüm yolu koşabiliyor ve her engelin üzerinden hiç sendelemeden atlayabiliyordu. Atın kızıl-kahverengi yelesini fırçalarken Bridget Alexis'in muhteşem göründüğünü düşünüyordu. O Alexis'in ayakkabılarını ve beyaz çoraplarını kontrol ederken at kişneyerek ayağını yere bastırıyordu. Bridget onun kuyruğunu eyerine uygun renkte kurdelelerle mükemmel bir biçimde ördü. "Hava bile bizimle işbirliği yapıyor," diye düşündü sonra. Belki bugün şöminenin üstüne yerleştirmek üzere evine bir kupa götüreceği gün olacaktı. Tam o sırada, hoparlörden duyulan bir erkek sesi gösterinin başlamak üzere olduğunu bildirdi. "İşte başlıyor!" dedi Bridget yüksek sesle Alexis'e, ve atın sırtına bindi.

Durusezi Sorusu 2

4

Durusezi Sorusu 3

şefkat

Durusezi Sorusu 4

Durusezi Sorusu 5

O

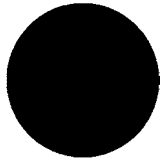
Durubiliş Sorusu 1

Apollo 11'in kumandanı Neil Armstrong 20 Temmuz 1969'da Ay'a ayak bastı.

Durubiliş Sorusu 2

9

Durubiliş Sorusu 3



Durubiliş Sorusu 4

Uçak pist boyunca hız kesip en sonunda havaalanı terminalinin az ilerisinde durdu.

İLAHİ REHBERLİK

Ünlü yazar ve psikoterapist Doreen Virtue bu son çok-satan kitabında ilahi alemle nasıl iletişim kurup, yaşamımızın her alanında son derece önemli, yararlı ve bilgelik dolu bir rehberlik alabileceğimizi; gerçek rehberliği ego'nun sahte rehberliğinden nasıl ayırt edebileceğimizi; ilahi iletişim kanallarımızı nasıl temizleyebileceğimizi; ilahi iletişim tarzımızı nasıl keşfedebileceğimizi; durugörü, duruişiti, durusezi ve durubiliş yeteneklerimizi nasıl geliştirebileceğimizi son derece etkili yöntemler ve örnekler vererek anlatıyor.

"*İlahi Rehberlik* birçok nedenden ötürü dikkate değer. Doreen Virtue hepimize harikalar sunmaya muktedir. O bize zihnimizin, yüreğimizin ve ruhumuzun bekçisi olduğunu hatırlatıyor ve bu kapıyı açıp yüreğimizi ve ruhumuzu Tanrı'dan ve meleklerden gelen yaşamsal mesajları alabilecek şekilde özgürleştirmemizi sağlayacak çok önemli bilgiler veriyor."

Nick Bunick

"Seminerlerime katılan kişilere öğrettiğim tüm yöntemler bu kitapta yer almaktadır. Bu yöntemler binlerce seminer katılımcısının ilahi mesajlar almasını başarıyla sağlamıştır. Tıpkı seminerlerim gibi, bu kitap da her inançtan insanlar içindir, çünkü Tanrı herkese mesajlar ve melekler yollar."

Önsöz'den

ISBN 978-975-6793-19-0

9 789756 793190

THG 0733931 NNS

AKAŞA®